ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା

ପ୍ରାତଃ ସ୍ମରଣୀୟ ପୂଜ୍ୟପାଦ ସନ୍ତ ଶ୍ରୀ ଆଶାରାମଜୀ ବାପୁ ଙ୍କ
ସତ୍ସଙ୍ଗ ପ୍ରବଚନ

YAUVAN SURAKSHA
[Oriya]



ସ୍ୱାମୀ ଶ୍ରୀ ଲୀଲାଶାହଜୀ ମହାରାଜ



ଶ୍ରୀ ରମଣ ମହର୍ଷି



ଋଷି ଦୟାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ



ପବନ ସୁତ ହନୁମାନ



ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ



ଭୀଷ୍ମ ପିତାମହ

ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶରୀରର ସାର
ବୀର୍ଯ୍ୟର ରକ୍ଷା ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା

ଆଜୀବନ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସଂପନ୍ନ ଦିବ୍ୟ ବିଭୂତିଗଣ

ସୂଚୀପତ୍ର



ଯୋଗଯାତ୍ରା-୪

ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ, ମାତା-ପିତା, ଅଭିଭାବକ ଏବଂ ରାଷ୍ଟ୍ର କର୍ଣ୍ଣଧାର ମାନଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ

ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ସନ୍ଥ ଶ୍ରୀ ଆସାରାମଜୀ ବାପୁଙ୍କର ସନ୍ଦେଶ

ଆମ ଦେଶର ଭବିଷ୍ୟତ ଆମର ଯୁବକ ପୀଢ଼ୀ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଛି କିନ୍ତୁ ଉଚିତ ମାର୍ଗଦର୍ଶନର ଅଭାବରେ ସେମାନେ ଆଜି ବିପଥଗାମୀ ।

ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଭୋଗବାଦୀ ସଭ୍ୟତାର ଦୁଷ୍ପ୍ରଭାବ ଯୋଗୁଁ ଯୁବକ ମାନଙ୍କର ଯୌବନତ୍ୱ କ୍ରମଶଃ ହ୍ରାସ ହୋଇଯାଉଛି । ବିଦେଶୀ ଚେନାଲ, ଚଳଚିତ୍ର, ଅଶ୍ଳୀଳ ସାହିତ୍ୟ ଆଦି ପ୍ରଚାର ମାଧ୍ୟମ ଦ୍ୱାରା ଯୁବକ-ଯୁବତୀମାନଙ୍କୁ ବିପଥଗାମୀ କରାଯାଉଛି । ବିଭିନ୍ନ ମାସିକ ଓ ସମାଚାର ପତ୍ରରେ ମଧ ତଥାକଥିତ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ପ୍ରଭାବିତ ମନୋଚିକିତ୍ସକ ଓ 'ସେକ୍ସୋଲଜିଷ୍ଟ' ଯୁବକ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀଙ୍କର ଚରିତ୍ର, ସଂଯମ ଓ ନୈତିକତାକୁ ଭ୍ରଷ୍ଟ କରିବାରେ ଲଗି ପଡିଛନ୍ତି ।

ବିଦେଶୀ ଔପନିବେଶିକ ସଂସ୍କୃତିର ଅବଦାନ ଆଜିର ଶିକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଜୀବନର ନୈତିକ ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରତି ଉଦାସୀନତା ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଉଛି । ଫଳତଃ ଆଜିର ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀର ଜୀବନ କୌମାର୍ଯ୍ୟାବସ୍ଥାରୁ ହିଁ ବିଳାସୀ ଓ ଅସଂଯମୀ ହୋଇପଡୁଛି ।

ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଆଚାର-ବ୍ୟବହାରର ଅନ୍ଧାନୁକରଣରେ ଯୁବକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଫେସନ, ଅଶୁଦ୍ଧ ଆହାର-ବିହାରର ସେବନ ପ୍ରବୃତ୍ତି, କୁସଙ୍ଗ, ଅଭଦ୍ରତା, ଚଳଚିତ୍ର ପ୍ରେମ ଆଦି ବଢୁଛି ସେଥିଯୋଗୁଁ ଦିନକୁ ଦିନ ସେମାନଙ୍କର ପତନ ହୋଇଯାଉଛି । ସେମାନେ ଦୁର୍ବଳ ଓ କାମୁକ ହୋଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଏପରି ଦୁର୍ଦ୍ଦଶାକୁ ଦେଖି ଏପରି ଲାଗୁଛି ଯେ ସେମାନେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ମହିମା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଜ୍ଞ ।

ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ନୁହେଁ, କୋଟି କୋଟି ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ଅଜ୍ଞାନ ବଶତଃ ନିଜର ଶରୀର-ମନର ମୂଳ ଶକ୍ତି-ସ୍ରୋତକୁ ବ୍ୟର୍ଥରେ କ୍ଷୟ କରି ଦେଉଛନ୍ତି ଓ ସାମାଜିକ ଅପଯଶର ଭୟରେ ମନେ ମନେ କଷ୍ଟ ସହ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଏହାଯୋଗୁଁ ସେମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନଷ୍ଟ ବିନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଉଛି । ସାମାନ୍ୟତମ ଶରୀରିକ-ମାନସିକ ବିକାଶ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରୁନାହିଁ । ଏପରି ଯୁବକ ରକ୍ତ ଅଳ୍ପତା, ବିସ୍ମରଣତା ତଥା ଦୁର୍ବଳତାରେ ପୀଡ଼ିତ ହେଉଛନ୍ତି ।

ଏହି କାରଣରୁ ଆମ ଦେଶରେ ଔଷଧାଳୟ, ଚିକିତ୍ସାଳୟ, ହଜାର ପ୍ରକାରର ଏଲୋପାଥିକ ଔଷଧ ଇଞ୍ଜେକ୍ସନ୍ ଆଦି ଲଗାତର ବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ହୋଇଯାଉଛି । ଅସଂଖ୍ୟ ଡାକ୍ତର ନିଜ ନିଜ ଦୋକାନ ଖୋଲା ରଖିଥିଲେ ମଧ ରୋଗ ଏବଂ ରୋଗୀଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ି ବଢ଼ି ଚାଲିଛି ।

ଏହାର ମଳ କାରଣ କଣ ? ଦୁର୍ବ୍ୟସନ ତଥା ଅନୈତିକ, ଅପ୍ରାକୃତିକ ଏବଂ ଅମର୍ଯ୍ୟାଦିତ ମୈଥୁନ ଦ୍ୱାରା ବୀର୍ଯ୍ୟର କ୍ଷତି ହିଁ ଏହାର ମୂଳ କାରଣ । ଏହାର ଅଳ୍ପତା ଯୋଗୁଁ ରୋଗ ପ୍ରତିକାରକ ଶକ୍ତି କମି ଯାଉଛି । ଜୀବନ ଶକ୍ତିର ମଧ ହ୍ରାସ ହେଉଛି ।

ଏହି ଦେଶକୁ ଯଦି ଜଗତ୍‌ଗୁରୁ ପଦରେ ଆରୂଢ଼ କରିବାର ଅଛି, ବିଶ୍ୱ-ସଭ୍ୟତା ଏବଂ ବିଶ୍ୱ

ସଂସ୍କୃତିର ମଉଡ଼ମଣି କରିବାର ଅଛି, ଉନ୍ନତ ସ୍ଥାନ ପୁଣି ଫେରି ପାଇବାର ଅଛି ତେବେ ଏହାର ସନ୍ତାନମାନେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ବୁଝି ସତତ ସାବଧାନ ରହି ଦୃଢ଼ତାର ସହ ନିୟମ ପୂର୍ବକ ଏହାର ପାଳନ କରନ୍ତୁ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାର ହିଁ ଆମର ଯୁବା ପୀଢ଼ୀ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ସନ୍ତୁଳନ ଏବଂ ଶ୍ରେଷ୍ଠତର ବିକାଶ କରିପାରିବେ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କଲେ ବୁଦ୍ଧି ତୀକ୍ଷ୍ଣ ହୁଏ, ରୋଗ ପ୍ରତିକାରକ ଶକ୍ତି ବଢ଼େ ତଥା ମହାନ୍‌ରୁ ମହାନ୍ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରିବାରେ ଏବଂ ତାହା ସଂପାଦିତ କରିବାର ଉତ୍ସାହ ଜାଗ୍ରତ ହୁଏ, ସଂକଳ୍ପରେ ଦୃଢ଼ତା ଆସେ, ମନୋବଳ ପୁଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିକାଶର ମୂଳ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ । ଆମର ଦେଶ ଉଦ୍ୟୋଗ, ଟେକ୍‌ନିକ୍ ଓ ଆର୍ଥିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେତେ ବିକାଶ କଲେ ମଧ୍ୟ, ସମୃଦ୍ଧି ପ୍ରାପ୍ତ କଲେ ମଧ୍ୟ ଯଦି ଯୁବାଧନର ସୁରକ୍ଷା ହୋଇ ନପାରେ ତେବେ ଏହି ଭୌତିକ ବିକାଶ ପରିଶେଷରେ ମହାବିନାଶ ଆଡ଼କୁ ହିଁ ନେଇଯିବ, କାରଣ ସଂଯମ, ସଦାଚାର ଆଦିର ପରିପାଳନରେ ହିଁ ଯେ କୌଣସି ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ସୁଚାରୁରୂପେ ପରିଚାଳିତ ହୋଇ ପାରିବ । ଭାରତର ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ବିକାଶ ସଚ୍ଚରିତ୍ର ଏବଂ ସଂଯମୀ ଯୁବାଧନ ଉପରେ ହିଁ ଆଧାରିତ ।

ତେଣୁ ଆମର ଯୁବାଧନ ଛାତ୍ର-ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରଶିକ୍ଷିତ କରିବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଯୌନ-ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଆରୋଗ୍ୟ ଶାସ୍ତ୍ର, ଦୀର୍ଘାୟୁ ପ୍ରାପ୍ତିର ଉପାୟ ତଥା କାମବାସନା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାର ବିଧିର ସ୍ପଷ୍ଟ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଅଟେ । ଏହାର ଅବହେଳା କରିବା ଆମର ଦେଶ ଓ ସମାଜ ପାଇଁ ହିତକର ନୁହେଁ । ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷାରେ ହିଁ ସୁଦୃଢ଼ ରାଷ୍ଟ୍ରର ନିର୍ମାଣ ହୋଇପାରିବ ।

*

ଯୌବନ — ସୁରକ୍ଷା

ଶରୀରମାଦ୍ୟଂ ଖଳୁ ଧର୍ମସାଧନମ୍

ଧର୍ମର ସାଧନ ଶରୀର ଅଟେ । ଶରୀର ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସମସ୍ତ ସାଧନା ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ, ତେବେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ମନ ଉପରେ ପଡିଥାଏ । ମନ ମଧ୍ୟ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ । କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ସଫଳତା ପୂର୍ବକ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀର ଏବଂ ମନ ଉଭୟ ସୁସ୍ଥ ହେବା ଦରକାର । ଏଥିପାଇଁ ବୃଦ୍ଧ ଲୋକମାନେ ସାଧନା କରିବାର ସାହସ କରି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ, କାରଣ ବୈଷୟିକ ଭୋଗ ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ଶରୀରର ସମସ୍ତ ତେଜ ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ମନ ମଜବୁତ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର ପୂରା ସାହାଯ୍ୟ କରି ପାରେନା । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଯୁବକ ମାନଙ୍କର ସାଧନା କରିବାର ସାହସ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସଂସାରର ଚାକଚକ୍ୟ ପରିବେଶରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ଭୌତିକ ସୁଖରେ ଭାସି ଯାଆନ୍ତି । ନିଜର ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ମହତ୍ତ୍ୱ ନ ବୁଝି ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସରେ ପଡି ଏହାକୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରି ଦିଅନ୍ତି । ପୁଣି ଜୀବନ ସାରା ପଶ୍ଚାତାପ କରୁ ଥାଆନ୍ତି ।

ମୋ ପାଖକୁ ଏପରି କେତେକ ଯୁବକ ଆସନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ଭିତରେ ଭିତରେ ବ୍ୟତିବ୍ୟସ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । କାହାରିକୁ ନିଜର ଦୁଃଖ ଜଣାଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କାରଣ ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସରେ ପଡି ଏମାନେ

ନିଜର ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିକୁ ହରାଇ ଦେଇଛନ୍ତି । ମନ ଏବଂ ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଇଛି ।ବର୍ତ୍ତମାନ ସଂସାର ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଦୁଃଖାଳୟରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଇଛି । ଈଶ୍ୱର ପ୍ରାପ୍ତି ଏମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇ ଏବେ ସଂସାର ମଧ୍ୟରେ କାନ୍ଦି କାନ୍ଦି ବଞ୍ଚିବାକୁ ପଡୁଛି ।

ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୁଗରେ ମହାପୁରୁଷମାନେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଆରୋପ କରି ଆସିଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନରେ ସଂଯମତା ନାହିଁ, ସେ ନିଜ ଜୀବନରେ ଠିକ୍ ରୂପେ ଉନ୍ନତି କରି ପାରେନା କି ସମାଜରେ କିଛି ମହାନ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ପାରେନା । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବା ସମାଜ ଏବଂ ଦେଶ ଭୌତିକ ଉନ୍ନତି ଏବଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତିରେ ପଛେଇ ଯାଏ । ସେ ଦେଶର ଶୀଘ୍ର ପତନ ହୋଇଯାଏ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କ'ଣ ?

ପ୍ରଥମେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କ'ଣ – ଏହା ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଯାଜ୍ଞବଲକ୍ୟ ସଂହିତାରେ ଅଛି —

କର୍ମଣା ମନସା ବାଚା ସର୍ବାବସ୍ଥାସୁ ସର୍ବଦା । ସର୍ବତ୍ର ମୈଥୁନତ୍ୟାଗୋ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟଂ ପ୍ରଚକ୍ଷତେ ॥

''ସବୁ ଅବସ୍ଥାରେ ମନ, ବଚନ ଏବଂ କର୍ମ ଏହି ତିନି ଦ୍ୱାରା ମୈଥୁନ ତ୍ୟାଗ ହେବାକୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କୁହାଯାଏ ।''

ଭଗବାନ ବେଦବ୍ୟାସ କହିଛନ୍ତି— **ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଗୁପ୍ତେନ୍ଦ୍ରିୟସ୍ୟୋପସ୍ଥସ୍ୟ ସଂଯମଃ ।**

''ବିଷୟ-ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଥିବା ସୁଖକୁ ସଂଯମ ପୂର୍ବକ ତ୍ୟାଗ କରିବା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ ।''

ଭଗବାନ ଶଙ୍କର କହିଛନ୍ତି — **ସିଦ୍ଧେ ବିନ୍ଦୌ ମହାଦେବି କିଂ ନ ସିଧ୍ୟତି ଭୂତଳେ ।**

''ହେ ପାର୍ବତୀ ! ବିନ୍ଦୁ ଅର୍ଥାତ୍ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଗଲା ପରେ କେଉଁ ଏପରି ସଫଳତା ଅଛି ଯାହା ସାଧକକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ ?''

ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ସାଧକ ନିଜର ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ କରି ଯୋଗ ମାର୍ଗରେ ଆଗେଇ ଚାଲେ ସେ ବହୁ ପ୍ରକାର ସିଦ୍ଧିର ମାଲିକ ହୋଇଥାଏ । ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ ପୁରୁଷ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କୁ ଶୀଘ୍ର ପାଇ ପାରେ ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତକାର ଶୀଘ୍ର କରି ପାରେ ।

ଦେବତା ମାନଙ୍କର ଦେବତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ଏହି ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟେଣ ତପସା ଦେବା ମୃତ୍ୟୁମୁପାଘ୍ନତ । ଇନ୍ଦ୍ରୋ ହ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟେଣ ଦେବେଭ୍ୟଃ ସ୍ୱରାଭରତ ॥

(ଅଥର୍ବ ବେଦ : ୧.୫.୧୯)

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରୂପୀ ତପ ଦ୍ୱାରା ଦେବତାମାନେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରିଛନ୍ତି । ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ର ମଧ୍ୟ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଅନ୍ୟ ଦେବତାମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଅଧିକ ସୁଖ ଏବଂ ଉଚ୍ଚପଦ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଛନ୍ତି ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ତପ ଅଟେ :

ତପସ୍ୱୀମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ତପ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ଭଗବାନ ଶଙ୍କର କୁହନ୍ତି —

ନ ତପସ୍ତପ ଇତ୍ୟାହୁର୍ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟଂ ତପୋତ୍ତମମ୍ । ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା ଭବେଦ୍ୟସ୍ତୁ ସ ଦେବୋ ନ ତୁ ମାନୁଷଃ ॥

''ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ତପ ଅଟେ । ଏହାଠାରୁ ବଡ ତପ ତିନିଲୋକରେ ଦ୍ୱିତୀୟ କିଛି ନାହିଁ । ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ ପୁରୁଷ ଏହି ଲୋକରେ ମନୁଷ୍ୟ ରୂପୀ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦେବତା ଅଟନ୍ତି ।''

ଜୈନ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ତପ ବିଷୟ କୁହା ଯାଇଛି —

ତବ୍ୱେସୁ ବା ଉତ୍ତମଂ ବମ୍ଭଚେରମ୍ ।

''ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସବୁ ତପ ଠାରୁ ଉତ୍ତମ ତପ ଅଟେ ।'' **(ଜୈନ ସୂତ୍ରକୃତାଙ୍ଗ : ୬.୨୩)**

ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ହିଁ ଜୀବନ ଅଟେ :

ବୀର୍ଯ୍ୟ ଏହି ଶରୀର ରୂପୀ ନଗରର ଏକ ପ୍ରକାର ରାଜା ଅଟେ । ଏହି ବୀର୍ଯ୍ୟରୂପୀ ରାଜା ଯଦି ପୁଷ୍ଟ, ବଳବାନ ଅଟେ ତେବେ ରୋଗରୂପୀ ଶତ୍ରୁ କେବେ ବି ଶରୀର ରୂପୀ ନଗର ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କରି ପାରିବ ନାହିଁ । ଯାହାର ବୀର୍ଯ୍ୟରୂପୀ ରାଜା ଦୁର୍ବଳ, ସେହି ଶରୀର ରୂପୀ ନଗରକୁ ରୋଗ ରୂପୀ ଶତ୍ରୁ ପ୍ରବେଶ କରି ଆକ୍ରାନ୍ତ କରି ପକାନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ କୁହା ଯାଇଛି –

ମରଣଂ ବିନ୍ଦୁପାତେନ ଜୀବନଂ ବିନ୍ଦୁ ଧାରଣାତ୍ ।

''ବିନ୍ଦୁ ନାଶ (ବୀର୍ଯ୍ୟନାଶ) ହିଁ ମୃତ୍ୟୁ ଏବଂ ବିନ୍ଦୁରକ୍ଷଣ ହିଁ ଜୀବନ ।'' ଜୈନ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଅବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟକୁ ପାପ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି ।''

ଅବମ୍ଭଚରିୟଂ ଘୋରଂ ପମାୟଂ ଦୁରହିଚ୍ଛିୟମ୍ ।

(ଦଶ ବୈକାଳିକ ସୂତ୍ର : ୬.୧୭)

''ଅବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଘୋର ପ୍ରମାଦ ରୂପୀ ପାପ ଅଟେ ।''

ଅଥର୍ବ ବେଦରେ ଏଇ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ବ୍ରତର ସଂଜ୍ଞା ଦିଆଯାଇଛି : **ବ୍ରତେଷୁ ବୈ ବୈ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟମ୍ ।**

ବୈଦ୍ୟ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଏହାକୁ ପରମ ବଳ କୁହାଯାଇଛି :

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟଂ ପରଂ ବଳମ୍ । ''ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପରମ ବଳ ଅଟେ ।''

ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣର ମହିମା ସମସ୍ତେ ଗାନ କରିଛନ୍ତି । ଯୋଗୀରାଜ ଗୋରଖନାଥ କହିଛନ୍ତି —

କନ୍ତ ଗୟା କୁଁ କାମିନୀ ଝୁରେ । ବିନ୍ଦୁ ଗୟା କୁଁ ଯୋଗୀ ।

''ପତିର ବିୟୋଗରେ କାମିନୀ ଝୁରେ ଏବଂ ବୀର୍ଯ୍ୟ ପତନରେ ଯୋଗୀ ପଶ୍ଚାତାପ କରେ ।''

ଭଗବାନ ଶଙ୍କର ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରତାପରେ ହିଁ ମୋର ମହାନ ମହିମା ହୋଇଛି । **ଯସ୍ୟ ପ୍ରସାଦାନ୍ମହିମା ମମାପ୍ୟେତାଦୃଶୋ ଭବେତ୍ ।**

ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ମତ :

ୟୁରୋପର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଚିକିତ୍ସକ ଗଣ ବି ଭାରତୀୟ ଯୋଗୀଙ୍କ କଥନକୁ ସମର୍ଥନ କରନ୍ତି । ଡା. ନକୋଲ କହନ୍ତି : ''ଶରୀରରେ ସର୍ବୋତ୍ତମ ରକ୍ତ କଣିକାରୁ ସ୍ତ୍ରୀ ତଥା ପୁରୁଷ ଉଭୟଙ୍କ ଠାରେ ପ୍ରଜନନ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ଏକ ଭୈଷଜିକ ତଥା ଦୈହିକ ତଥ୍ୟ ଅଟେ । ଶୁଦ୍ଧ ତଥା ବ୍ୟବସ୍ଥିତ ଜୀବନରେ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ

ପୁନଃ ଅବଶୋଷିତ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଏହା ସୂକ୍ଷ୍ମତମ ମସ୍ତିଷ୍କ, ସ୍ନାୟୁ ତଥା ମାଂସପେଶୀୟ ଟିସୁ (Tissues)ର ନିର୍ମାଣ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ପୁନଃ ପରିସଂଚାଳନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ବୀର୍ଯ୍ୟ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ ହୋଇ ସାରା ଶରୀରରେ ସଂଚାରିତ ହେବା ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ନିର୍ଭୀକ, ବଳବାନ, ସାହସୀ ତଥା ବୀର ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଅପବ୍ୟୟ ଦ୍ୱାର ମନୁଷ୍ୟ କ୍ଷୀଣ, ଦୁର୍ବଳ, ରୁଗ୍ଣକାୟାଯୁକ୍ତ ତଥା କାମ ଉତ୍ତେଜନାଶୀଳ ହୋଇଯାଏ ଫଳତଃ ସ୍ନାୟୁତନ୍ତ୍ରରେ ଶିଥିଳତା (ଦୁର୍ବଳତା) ଓ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ମାନଙ୍କରେ କର୍ମ ବିକୃତିର ଶିକାର ହୋଇ ଅପସ୍ମାର (ମିର୍ଗୀ) ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗରେ ପଡି ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟର ସଂଯମିତ ବ୍ୟବହାର ଅର୍ଥାତ୍ ଯୌନ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରୁ ନିବୃତ୍ତ ରହିଲେ ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ତଥା ଅଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବଳରେ ଅସାଧାରଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମାତିସୂକ୍ଷ୍ମ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଅନୁସନ୍ଧାନରୁ ଜଣା ପଡ଼ିଛି ଯେ ଯେଉଁ ଶରୀରକୁ ବୀର୍ଯ୍ୟର ଅପବ୍ୟୟରୁ ରକ୍ଷା କରାଯାଇ ତାହାର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନ ନିମନ୍ତେ ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନ ଦିଆ ଯାଇଥାଏ, ସେ ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ସମୃଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ ତଥା ମସ୍ତିଷ୍କ ବଳବାନ ହୋଇଥାଏ ।

ଡା. ଡି. ଓ. ଲୁଇ କହନ୍ତି: ''ଶାରୀରିକ ବଳ, ମାନସିକ ଓଜ ତଥା ବୌଦ୍ଧିକ କୁଶାଗ୍ରତା ନିମନ୍ତେ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱର ସଂରକ୍ଷଣ ନିତ୍ୟାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।''

ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଲେଖକ ଡ. ଇ. ପି. ମିଲର ଲେଖିଛନ୍ତି : ''ଶୁକ୍ରସ୍ରାବର ସୌଚ୍ଛିକ ଅଥବା ଅନୈଚ୍ଛିକ (ସ୍ୱଇଚ୍ଛାରେ ହେଉ ବା ଅନିଚ୍ଛା ସତ୍ତ୍ୱେ ହେଉ) ଶୁକ୍ରସ୍ରାବ ଅର୍ଥାତ୍ ବୀର୍ଯ୍ୟର ଅପବ୍ୟୟ ଜୀବନୀ ଶକ୍ତିର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅପବ୍ୟୟ ଅଟେ । ଏହା ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି କି ରକ୍ତର ସର୍ବୋତ୍ତମ ତତ୍ତ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଶୁକ୍ରର ସଂରଚନା ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଏ ନିଷ୍କର୍ଷ (ସିଦ୍ଧାନ୍ତ) ଠିକ୍ ଅଟେ ତେବେ ଏଥିରୁ ଏହା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ଯେ ବ୍ୟକ୍ତିର କଲ୍ୟାଣ ନିମନ୍ତେ ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା ପରମ ଆବଶ୍ୟକ ।

ପଶ୍ଚିମ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ଚିକିତ୍ସକ ଗଣ କହନ୍ତି ବୀର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷୟ ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ବିଶେଷ ଭାବେ ତରୁଣ ଅବସ୍ଥାରେ ବୀର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷୟ ଦ୍ୱାରା ବିବିଧ ପ୍ରକାରର ରୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଥାଏ । ଯଥା ଶରୀରର ତଥା ମୁହଁରେ ବ୍ରଣ, ବଥ (ବିସ୍ଫୋଟ), ଆଖି ଚାରିପଟେ ନୀଳ ରେଖାମାନ, ଦାଢ଼ୀର ଅଭାବ, ଭିତରକୁ ପଶି ଯାଇଥିବା ଆଖି. ରକ୍ତାଭାବ ଜନିତ ହଳଦିଆ ଚେହେରା, ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ, ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି କମି ଯିବା, ପରିସ୍ରା ସହିତ ବୀର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଖଳନ, ଅଣ୍ଡକୋଷର ବୃଦ୍ଧି, ଅଣ୍ଡକୋଷରେ ପୀଡା, ଦୁର୍ବଳତା, ନିଦ୍ରାଳୁତା, ଆଳସ୍ୟ, ଉଦାସୀ, ହୃଦୟ-କମ୍ପ, ଶ୍ୱାସାବରୋଧ ବା କଷ୍ଟଶ୍ୱାସ, ଯକ୍ଷ୍ମା, ପୃଷ୍ଠଶୂଳ, ଅଣ୍ଠାବାତ, ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା, ସନ୍ଧିପୀଡା, ଦୁର୍ବଳ-ବୃକକ୍, ନିଦ୍ରା ଗତାବସ୍ଥାରେ ପରିସ୍ରା ହୋଇଯିବା, ମାନସିକ ଅସ୍ଥିରତା, ବିଚାର ଶକ୍ତିର ଅଭାବ, ଦୁଃସ୍ୱପ୍ନ, ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷ ତଥା ମାନସିକ ଅଶାନ୍ତି ।

ଉପରୋକ୍ତ ରୋଗ ସମୂହକୁ ଦୂରୀଭୂତ କରିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା । ଔଷଧ ତଥା ଅନ୍ୟ ଉପଚାର ଦ୍ୱାରା ଏହାର ସ୍ଥାୟୀ ନିରାକରଣ କରାଯାଇ ନ ପାରେ ।

ବୀର୍ଯ୍ୟ କିପରି ନିର୍ମାଣ ହୁଏ :

ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶରୀରର ବହୁତ ମୂଲ୍ୟବାନ ଧାତୁ ଅଟେ । ଭୋଜନରୁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ମାଣର ଲମ୍ବା ପ୍ରକ୍ରିୟା

ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଶ୍ରୀ ସୁଶ୍ରୁତାଚାର୍ଯ୍ୟ ଲେଖିଛନ୍ତି —

ରସାଦ୍ରକ୍ତଂ ତତୋ ମାଂସଂ ମାଂସାନ୍‌ମେଦଃ ପ୍ରଜାୟତେ ।

ମେଦସ୍ୟାସ୍ଥି ତତୋ ମଜ୍ଜା ମଜ୍ଜାୟାଃ ଶୁକ୍ରସମ୍ଭବଃ ॥

ଯେଉଁ ଭୋଜନ ହଜମ ହୁଏ, ସେଥିରୁ ପ୍ରଥମେ ରସ ନିର୍ମାଣ ହୁଏ । ପାଞ୍ଚ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ହଜମ ହୋଇ ରକ୍ତ ନିର୍ମାଣ ହୁଏ । ପାଞ୍ଚ ଦିନ ପରେ ରକ୍ତରୁ ମାଂସ, ଏଥିରୁ ପାଞ୍ଚ ପାଞ୍ଚ ଦିନ ଅନ୍ତରରେ ମେଦ, ମେଦରୁ ହାଡ଼, ହାଡ଼ରୁ ମଜ୍ଜା ଏବଂ ମଜ୍ଜାରୁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ହୁଏ । ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଏହି ଧାତୁ ନିର୍ମାଣ ହୁଏ । ଏହାକୁ ରଜ କହନ୍ତି ।

ବୀର୍ଯ୍ୟ ଛ-ସାତ ସ୍ତର ଦେଇ ଅନ୍ତିମ ରୂପ ଧାରଣ କରେ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ହେବାକୁ ପ୍ରାୟ ୩୦ ଦିନ ଏବଂ ୪ ଘଣ୍ଟା ଲାଗି ଯାଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କୁହନ୍ତି ୩୨ କି.ଗ୍ରା. ଭୋଜନରୁ ୮୦୦ ଗ୍ରାମ ରକ୍ତ ନିର୍ମାଣ ହୁଏ ଏବଂ ୮୦୦ ଗ୍ରାମ ରକ୍ତରୁ ୨୦ ଗ୍ରାମ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ହୁଏ ।

ଆକର୍ଷକ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କାରଣ :

ଏହି ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ପରେ ଏହାର ରକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ଆକର୍ଷକ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଯାହାକୁ ପ୍ରାଚୀନ ବୈଦ୍ୟ ଧନ୍ୱନ୍ତରୀ ''ଓଜ'' ବୋଲି ନାମକରଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଓଜ ମନୁଷ୍ୟକୁ ନିଜର ପରମ ଲାଭ ''ଆତ୍ମଦର୍ଶନ'' କରାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ ଯେଉଁ ଠାରେ କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଜୀବନରେ କିଛି ବିଶେଷତ୍ୱ, ଶରୀରରେ ତେଜ, ବାଣୀରେ ଶକ୍ତି, କାର୍ଯ୍ୟରେ ଉତ୍ସାହ ପାଇବେ ସେଥିରେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ ଏହା ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣର ହିଁ ଚମତ୍କାରିତା ।

ଯଦି ଏକ ସାଧାରଣ ସୁସ୍ଥ ମନୁଷ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ୮୦୦ ଗ୍ରାମ ହିସାବରେ ଭୋଜନ କରି ୪୦ ଦିନରେ ୩୨ କି.ଗ୍ରା. ଭୋଜନ କରେ; ତେବେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ତାର ୪୦ ଦିନରେ ରୋଜଗାର ୨୦ ଗ୍ରାମ ବୀର୍ଯ୍ୟ । ୩୦ ଦିନ ଅର୍ଥାତ୍ ମାସରେ ପ୍ରାୟ ୧୫ ଗ୍ରାମ୍ ବୀର୍ଯ୍ୟ ହେବ ଏବଂ ୧୫ ଗ୍ରାମ ବା କିଛି ଅଧିକ ବୀର୍ଯ୍ୟ ଥରୁଟିଏ ମୈଥୁନରେ ପୁରୁଷ ଦ୍ୱାରା ଖର୍ଚ୍ଚ ହୁଏ ।

ମାଳିର କାହାଣୀ :

ଗୋଟିଏ ମାଳି ଥିଲା । ସେ ନିଜର ତନ, ମନ, ଧନ ଲଗାଇ କିଛି ଦିନ ପରିଶ୍ରମ କରି ଏକ ସୁନ୍ଦର ବଗିଚା ନିର୍ମାଣ କରିଥିଲା । ଏହି ବଗିଚାରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସୁଗନ୍ଧିତ ପୁଷ୍ପ ଫୁଟି ଥିଲା । ଏହି ଫୁଲଗୁଡ଼ିକୁ ବାଛି ବାଛି ସେ ଏକତ୍ରିତ କଲା ଏବଂ ଅତି ସୁଗନ୍ଧିତ ଅତର ତିଆରି କଲା । ପୁଣି ସେ କ'ଣ କଲା ଜାଣନ୍ତି... ? ସେହି ଅତରକୁ ଏକ ପୁତିଗନ୍ଧମୟ ନାଳରେ ଢାଳି ଦେଲା ।

ଆରେ ! ଏତେ ଦିନର ପରିଶ୍ରମରେ ତିଆରି କରାଯାଇଥିବା ଅତର ଯାହାର ସୁଗନ୍ଧରେ ତାହାର ଘର ମହକି ଥାନ୍ତା, ତାକୁ ନାଳରେ ଭସାଇ ଦେଲା ! ଆପଣ କହିବେ କି ''ଏହି ମାଳି ବଡ ମୁର୍ଖ ଥିଲା, ପାଗଳ ଥିଲା...'' କିନ୍ତୁ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଦେଖ । ଏହି ମାଳିକୁ ଅନ୍ୟ କେଉଁଠି ଖୋଜିବାର ନାହିଁ । ଆମ ଭିତ୍‌ରୁ କିଛି ଲୋକ ଏମିତି ହିଁ ମାଳି ଅଟନ୍ତି । ଯେଉଁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ୧୫/୨୦ ବର୍ଷରୁ ପିଲା ଦିନରୁ ନିର୍ମାଣ ହୋଇ ''ଓଜ'' ରୂପରେ ଶରୀରରେ ବିଦ୍ୟମାନ ହୋଇ ତେଜ, ବଳ ଏବଂ ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ଦେଇଥାଏ, ବର୍ତ୍ତମାନ ମଧ୍ୟ ଯାହା ପ୍ରାୟ ୩୦ ଦିନର ପରିଶ୍ରମର ଫଳ ଥିଲା, ତାକୁ ଟିକିଏ ଆବେଗର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ଅବିବେକ

ପୂର୍ବକ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିଦେବା କେଉଁ ପ୍ରକାର ବୁଦ୍ଧିମାନର କାର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ ? କ'ଣ ଏହା ସେହି ମାଳି ପରି କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ କି ? ସେହି ମାଳି ଦୁଇ-ଚାରି ଥର ଏପରି ଭୁଲ କରିବା ପରେ କେହି ବୁଝାଇ ଦେଲେ ବୁଝି ଯିବ, ପୁଣି ଏପରି ଭୁଲ କରିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଆଜି ତ କିଛି ଲୋକ ଏପରି ଭୁଲ ବାରମ୍ବାର କରୁଛନ୍ତି । ଶେଷରେ ପଶ୍ଚାତାପ ସାର ହୁଏ । କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପାଇଁ ବଡ ଉତ୍ସାହରେ ବ୍ୟକ୍ତି କାମାନ୍ଧ ହୋଇ, ଏହି ମୈଥୁନ ରୂପୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ କିନ୍ତୁ କାର୍ଯ୍ୟ ପୁରା ହୋଇ ସାରିଲେ ଶବ ପରି ହୋଇଥାଏ । ଏମାନଙ୍କୁ ଜଣା ନାହିଁ ଯେ ସୁଖ ମିଳିଲା କି ନ ମିଳିଲା, କେବଳ ସୁଖ ପରି ଜଣା ଗଲା, ପରନ୍ତୁ ଏଥିରେ ସେ ୩୦-୪୦ ଦିନର ରୋଜଗାର ନଷ୍ଟ କରି ଦେଲା ।

ଯୁବକ ଅବସ୍ଥା ଆସିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୀର୍ଯ୍ୟ ସଂଚୟ ହୋଇଥାଏ ଏହା ''ଓଜ'' ରୂପରେ ଶରୀରରେ ରହିଥାଏ । ଏହା ବୀର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷୟ ଦ୍ୱାର ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଅତି ମୈଥୁନ ଦ୍ୱାରା ହାତ ଭିତରୁ କିଛି ଧଳା ଅଂଶ ବାହାରିବା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଅତ୍ୟଧିକ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ଲୋକମାନେ ନଂପୁସକ ମଧ୍ୟ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ପୁଣି ଏମାନେ କାହାରିକୁ ଆଖି ଉଠାଇ ଚାହିଁ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ତାଙ୍କ ଜୀବନ ନାରକୀୟ ଜୀବନ ହୋଇଥାଏ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣର ଏପରି ମହତ୍ୱ ଥିବାରୁ ଆମର ଋଷି ମୁନିମାନେ କେବେ ମୈଥୁନ କରିବ, କାହା ସହିତ କରିବ, ଜୀବନରେ କେତେ ଥର କରିବ ଆଦି ଶାସ୍ତ୍ରରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରି ଯାଇଛନ୍ତି ।

ସୃଷ୍ଟି-କ୍ରମ ପାଇଁ ମୈଥୁନ ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା :

କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପାଇଁ ଶରୀରରୁ ବୀର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷୟ ପ୍ରକୃତିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ନୁହେଁ । ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି ପାଇଁ ହିଁ ଏହାର ବାସ୍ତବିକ ଉପଯୋଗ ଅଟେ । ଏହା ପ୍ରାକୃତିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଟେ ।

ଏହି ସୃଷ୍ଟି ଗତିଶୀଳ ରହିବା ପାଇଁ ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି ହେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ପ୍ରକୃତିରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୃକ୍ଷଲତା ଏବଂ ପ୍ରାଣୀ ଜଗତ ଏହି କାମ-ପ୍ରବୃତ୍ତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ପାଇଛନ୍ତି । ଏହି କାମ ପ୍ରବୃତ୍ତିର ପ୍ରେରଣାରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ମୈଥୁନ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏଥିରୁ ରତି ସୁଖ ମଧ୍ୟ ମିଳିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ପ୍ରାକୃତିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ କ୍ଷଣିକ ସୁଖର ବାରମ୍ବାର ମାଧ୍ୟମ କରିବା କେଉଁ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର କାର୍ଯ୍ୟ ? ପଶୁ ମଧ୍ୟ ନିଜର ଋତୁ ଅନୁସାରେ ଏହି କାମ ବୃତ୍ତିରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଏ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ରହେ, କିନ୍ତୁ ମଣିଷ କ'ଣ ପଶୁଙ୍କ ଠାରୁ ହୀନ ? ପଶୁମାନଙ୍କ ଠାରେ ବୁଦ୍ଧି ଜ୍ଞାନ ବିକଶିତ ହୋଇ ପାରିନାହିଁ, ପରନ୍ତୁ ମନୁଷ୍ୟ ଠାରେ ବୁଦ୍ଧିଜ୍ଞାନ ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ ହୋଇଛି ।

ଆହାରନିଦ୍ରା ଭୟ ମୈଥୂନଂ ଚ ସାମାନ୍ୟମେତତ୍‌ପଶୁଭିର୍ନରାଣାମ୍ ।

ଭୋଜନ କରିବା, ଭୟଭୀତ ହେବା, ମୈଥୁନ କରିବା ଏବଂ ଶୋଇ ଯିବା ଏହା ତ ପଶୁମାନେ ମଧ୍ୟ କରନ୍ତି । ପଶୁ ଶରୀରରେ ଆମେ ଏହା ସବୁ କରି ଆସିଛନ୍ତି, ଏବେ ଆମକୁ ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀର ମିଳିଛି, ଏବେ ଯଦି ବୁଦ୍ଧି ଓ ବିବେକ ଦ୍ୱାରା ନିଜ ଜୀବନକୁ ନିର୍ବାହ ନ କରିବା ଏବଂ କ୍ଷଣିକ ସୁଖ ପଛରେ ଦୌଡିବା ତେବେ କିପରି ଆମେ ମୂଳ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚି ପାରିବା ?

ସହଜ ଯୁକ୍ତିରେ ଭ୍ରମିତ ନ ହୁଅନ୍ତୁ :

କିଛି ଲୋକ ଯୁକ୍ତି କରନ୍ତି : ଶାସ୍ତ୍ରରେ ପଢିବାକୁ ମିଳେ, ଜ୍ଞାନୀ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ମୁଖାରବିନ୍ଦରୁ ଶୁଣିବାକୁ ମିଳେ କି ସହଜ ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କର । କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ଅଛି ତ କରି ଯାଅ, ଭୋକ

ଲାଗୁଛି ତ ଭୋଜନ କର, ନିଦ୍ରା ଲାଗୁଛି ତ ଶୋଇ ଯାଅ । ଜୀବନରେ କୌଣସି ''ଟେନ୍‌ସନ୍'', କୌଣସି ଉତ୍ତେଜନା ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଆଜି କାଲି ଅଧିକାଂଶ ରୋଗ ଏହି ଉତ୍ତେଜନାର ଫଳ... ଏହିପରି ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କୁହନ୍ତି । ଜୀବନ ସହଜ ହେଉ ସରଳ ହେଉ । କବୀରଦାସଜୀ ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି — **''ସାଧୋ, ସହଜ ସମାଧି ଭଲି ।''**

ଏହି ଯୁକ୍ତି ଦେଇ ମଧ୍ୟ କିଛି ଲୋକ ନିଜର କାମ-ବିକାରରେ ତୃପ୍ତି ପାଇଁ ସହମତି ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ନିଜକୁ ଧୋକା ଦେବା ସହିତ ସମାନ । ଏପରି ଲୋକଙ୍କୁ ଜଣା ନାହିଁ ଯେ ଏପରି ସହଜ ଜୀବନ କେବଳ ଜ୍ଞାନୀ ମହାପୁରୁଷଙ୍କୁ ମିଳି ଥାଏ, ଯେଉଁମାନେ ମନ ଓ ବୁଦ୍ଧିକୁ ନିଜ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖି ଥାଆନ୍ତି । ଏମାନେ ମାନ-ଅପମାନର ଚିନ୍ତା କରି ନଥାନ୍ତି । ଏମାନେ ଏପରି ଆତ୍ମତତ୍ତ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ଥାଆନ୍ତି ଯାହାର ଉତ୍‌ଥାନ ନାହିଁ ବା ପତନ ନାହିଁ । ଯାହାଙ୍କୁ ସଂସାରର ଏମିତି କିଛି ପାଇବାକୁ ନାହିଁ ଯାହା ନ ମିଳିଛି । ଏମାନଙ୍କୁ ସବୁବେଳେ ମିଳୁଥିବା ଆନନ୍ଦ, ସଂସାରର ବିଷୟ ବାସନା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ନଥାଏ । ବିଷୟ-ଭୋଗ ଏହି ମହାପୁରୁଷଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରି ଲକ୍ଷ୍ୟଚ୍ୟୁତ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ସମ୍ମୁଖରେ ଯେତେ ବିଷୟ-ସାମଗ୍ରୀ ଠୁଳ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏମାନଙ୍କର ଚେତନ ଶକ୍ତି ଏତେ ଜାଗ୍ରତ ଯେ ଇଚ୍ଛା କଲେ ଉପଯୋଗ କରିବେ ଇଚ୍ଛା ନଥିଲେ ଗୋଡରେ ଠେଲି ଦେବେ । ବାହାରର ବିଷୟ କଥା ଛାଡ, ନିଜ ଶରୀର ପ୍ରତି ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ମମତା ତୁଟି ଯାଇଥାଏ । ଶରୀର ରହୁ ବା ନ ରହୁ ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କରଆଗ୍ରହ ନଥାଏ । ଏପରି ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ଭିତରେ ନିଜେ ନିଜକୁ ପ୍ରତିଟି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ କବୀରଜୀ କହିଛନ୍ତି — **ସାଧୋ, ସହଜ ସମାଧି ଭଲି ।**

ନିଜକୁ ତଉଲ :

ଆମେ ଯଦି ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ରହିବା ତ ଭଲ, ଅନ୍ୟଥା ଧ୍ୟାନ ରହିବା ଉଚିତ କି ଏପରି ଯୁକ୍ତିର ଆଳରେ ଆମେ ନିଜକୁ ପତନାଭିମୁଖୀ କରୁ ନାହାନ୍ତି ତ ? ଟିକେ ନିଜ ଅବସ୍ଥା ସହିତ ସେମାନଙ୍କ ଅବସ୍ଥା ତୁଳନା କରିବା ଦରକାର । ଆମକୁ କେହି ଅପମାନ କରିଦେଲେ କ୍ରୋଧିତ ହୋଇ ଉଠୁଛୁ । ପ୍ରତିଶୋଧ ନେବାକୁ ତିଆରି ହୋଇ ଯାଉଛୁ । ଆମେ ଲାଭ-କ୍ଷତିରେ ସମ ରହୁ ନାହୁଁ । ରାଗ-ଦ୍ୱେଷ ଆମର ଜୀବନ । ''ମୋର-ତୋର'' ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ''ମୋର ଧନ, ମୋ ଘର, ମୋ ପତ୍ନୀ, ମୋ ପଇସା, ମୋ ବନ୍ଧୁ, ମୋ ଝିଅ, ମୋ ସମ୍ମାନ, ମୋ ପଦବୀ....'' ଏସବୁ ସତ୍ୟ ପରି ଲାଗେ ନା ନାହିଁ ? ଏହା ହିଁ ତ ଦେହାଭ୍ୟାସ, ଜୀବାଭ୍ୟାସ । ଏହା ଉପରକୁ ଉଠି ଆମେ ବ୍ୟବହାର କରି ପାରିବା ନାହିଁ ? ଏହାକୁ ଟିକେ ଅନ୍ତଃଦୃଷ୍ଟିରେ ଚିନ୍ତା କର ।

କିଛି ସାଧୁ ଲୋକ ମଧ୍ୟ ଦେହାଭ୍ୟାସରୁ ନିସ୍ତାର ପାଇ ପାରି ନାହାଁନ୍ତି, ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ କଥା କ'ଣ କହିବା ? କିଛି ସାଧୁ ମଧ୍ୟ କହି ପକାନ୍ତି ''ମୁଁ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଦେଖେ ନାହିଁ, ମୁଁ ଟଙ୍କା ପଇସା ଛୁଏଁ ନାହିଁ, ମୁଁ ଜୋତା ପିନ୍ଧେ ନାହିଁ ।'' ଏହିପରି ନିଜ ନିଜର ମନ ବୁଦ୍ଧି ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ରହିଥାନ୍ତି । ଏମାନେ ତ ନିଜର ଜୀବନକୁ ସହଜ କରି ପାରି ନାହାନ୍ତି ଆଉ ଆମେ... ?

ଆମେ ଆମର ସାଧାରଣ ଜୀବନକୁ ସରଳ ଜୀବନ ନାମ ଦେଇ ବିଷୟ ବାସନାରେ ବୁଡିବାକୁ ଚାହୁଁଛୁ । କିଛି ମିଠାଇ ଦେଖିଲେ ପାଟିରେ ପାଣି ଆସି ଯାଉଛି । ନିଜର ସଂପର୍କୀୟ ବା ବନ୍ଧୁ ବାନ୍ଧବଙ୍କର

ଦୁଃଖ ପଡିଲେ ଆମେ ଦୁଃଖୀ ହୋଇ ଯାଉଛୁ । ବେପାରରେ କ୍ଷତି ହୋଇଗଲେ ମୁହଁ ଶୁଖି ଯାଉଛି । କିଛିଦିନ ଘର ଛାଡି ବିଦେଶରେ ରହି ଗଲେ ବାରମ୍ବାର ସ୍ତ୍ରୀ ପିଲାଙ୍କ କଥା ମନେ ପଡି ଯାଉଛି । ଏହା କ'ଣ ସରଳ ଜୀବନର ଲକ୍ଷଣ, ଯାହା ଜ୍ଞାନୀ ମହାପୁରୁଷମାନେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି ? ନାଁ ।

ମନୋନିଗ୍ରହର ମହିମା :

ଆଜିର ଯୁବକଙ୍କ ପ୍ରତି ବଡ ଅନ୍ୟାୟ ହେଉଛି, ଚାରିପଟୁ ଏମାନଙ୍କ ଉପରେ ବାସନାକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କଲା ପରି ଆକ୍ରମଣ ହେଉଛି ।

ଏମିତି ତ ପଶୁ-ପ୍ରବୃତ୍ତି ଯୌନ ଉଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ବଢାଇ ଦିଏ, ବର୍ତ୍ତମାନର ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମଧ୍ୟ ଏହି ଆକର୍ଷଣକୁ ଦ୍ୱିଗୁଣିତ କରି ଦେଉଛି । ଏହି ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ସମର୍ଥନ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ସଂଯମତାକୁ ହାନିକାରକ ବୋଲି କୁହା ଯାଉଛି । କିଛି ତଥାକଥିତ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଫ୍ରଏଡ ପରି ନାସ୍ତିକ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକର ବ୍ୟଭିଚାର ଶାସ୍ତ୍ରର ଆଧାର ଉପରେ **''ସଂଭୋଗରୁ ସମାଧି''**ର ଉପଦେଶ ଦେବା ଆରମ୍ଭ କଲେ, ତେବେ ତ କେବଳ ଈଶ୍ୱର ହିଁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର ପବିତ୍ରତାର ରକ୍ଷକ ଅଟନ୍ତି ।

୧୬ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୯୭୭ରେ 'ନ୍ୟୁୟର୍କ ଟାଇମ୍ସ' ଖବରକାଗଜରେ ଛପା ହୋଇଥିଲା : ''ଆମେରିକୀୟ ଡାକ୍ତରୀ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ (ପେନଲ) ଅନୁସାରେ ସେଠାରେ ଦୁଇ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କୁ ମାନସିକ ଚିକିତ୍ସାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।''

ଉପରୋକ୍ତ ପରିଣାମକୁ ଆଖି ଆଗରେ ରଖି ଆମେରିକାର ମହାନ ଲେଖକ, ସଂପାଦକ ତଥା ଶିକ୍ଷା ବିଶାରଦ ଶ୍ରୀ ମାର୍ଟିନ ଗ୍ରୋସ ନିଜ ପୁସ୍ତକ "The Psychological Society"ରେ ଲେଖିଛନ୍ତି : ଆମେ ଯେତିକି ଭାବୁଛୁ ତାଠାରୁ କାହିଁ କେତେଗୁଣା ଅଧିକ ଫ୍ରଏଡଙ୍କ ମାନସିକ ରୋଗ ଆମ ମାନସ ପଟରେ ତଥା ସମାଜରେ ଗଭୀର ଭାବେ ପ୍ରବେଶ କରିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଛି । ଆମେ ଏତିକି ଜାଣିବା ଯଥେଷ୍ଟ ହେବ ଯେ ଏହା ପ୍ରାୟତଃ ତାଙ୍କ ବିକୃତ ମସ୍ତିଷ୍କର ହିଁ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଅଟେ ଆଉ ଯଦି ଆମେ ତାଙ୍କର ଏହି ମାନସିକ ବିକୃତି ଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଚିହ୍ନି ନେଉ ତା ହେଲେ ତାହାର କୁ-ପ୍ରଭାବରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାରେ ସହାୟତା ମିଳି ପାରେ । ଏବେ ଆମେ ଡା. ଫ୍ରାଏଡଙ୍କ ଚିନ୍ତାଧାରାରୁ ବିଲକୁଲ ଅଲଗା ରହିବା ଉଚିତ୍ ।

ଆଧୁନିକ ମନ ବିଜ୍ଞାନର ମାନସିକ ବିଶ୍ଳେଷଣ, ମନୋରୋଗ ଶାସ୍ତ୍ର ଓ ମାନସିକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା.... ଏ ସମସ୍ତ ଫ୍ରଏଡଙ୍କ ରୁଗ୍ଣ ମନର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମାତ୍ର । ଫ୍ରାଏଡ ସ୍ୱୟଂ ସ୍ନାୟବିକ ରୋଗ, ସଦା ମାନସିକ ଅବସାଦ, ବୃହତ୍ ତନ୍ତ୍ରର ଅକ୍ଷମତା, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ (କବ୍ଜ), ପ୍ରବାସ, ମୃତ୍ୟୁ ଓ ଧନନାଶର ଭୟ,ସାଇନୋସାଇଟସ୍, ଘୃଣା ତଥା ରକ୍ତପିପାସୁ (ଅତ୍ୟାଚାରୀ) ବିଚାରଯୁକ୍ତ ଇତ୍ୟାଦି ରୋଗରେ ପୀଡିତ ଥିଲେ ।

ପ୍ରଫେସର ଏଡ୍‌ଲର ତଥା ପ୍ରଫେସର ସୀ. ଜୀ. ଜୁଙ୍ଗ ପରି ମୂର୍ଦ୍ଧନ୍ୟ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଫ୍ରାଏଡଙ୍କ ସିଦ୍ଧାନ୍ତକୁ ଖଣ୍ଡନ କରି ଦେଇଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଦୁଃଖର ବିଷୟ ଏହା ଯେ ଭାରତରେ ଏବେ ବି କେତେକ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ତଥା ଯୌନ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଫ୍ରାଏଡଙ୍କ ପରି ବିକୃତ ମସ୍ତିଷ୍କ ସଂପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିର ସିଦ୍ଧାନ୍ତକୁ ଆଧାର କରି ଏ ଦେଶର ଯୁବବର୍ଗକୁ ଅନୈତିକ ତଥା ଅପ୍ରାକୃତିକ ମୈଥୁନ (Sex)ର, ସଂଭୋଗ

ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରୁ ଅଛନ୍ତି । ଫ୍ରାଏଡ ତ ମୃତ୍ୟୁ ପୂର୍ବରୁ ନିଜର ପାଗଳାମି ସ୍ୱୀକାର କରି ନେଇଥିଲେ କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଅନୁଗାମୀ ସ୍ୱୟଂ ସ୍ୱୀକାର ନ କରନ୍ତି ତଥାପି ସେମାନେ ପାଗଳରେ ହିଁ ତ ପରିଗଣିତ ହେବେ । ଏବେ ସେମାନେ ଏ ଦେଶର ଲୋକଙ୍କୁ ଚରିତ୍ର ଭ୍ରଷ୍ଟ କରାଇବାରୁ ତଥା ବିଶ୍ୱାସଘାତ କରିବାର ପାଗଳ ପଣ ଛାଡି ଦେବା ପାଇଁ ଆମର ବିନମ୍ର ପ୍ରାର୍ଥନା । ଏହି **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ପୁସ୍ତକ ପାଞ୍ଚଥର ଅବଶ୍ୟ ପଢନ୍ତୁ ତଥା ଅନ୍ୟକୁ ପଢାନ୍ତୁ...... ଏଥିରେ ହିଁ ସମସ୍ତଙ୍କର କଲ୍ୟାଣ ନିହିତ ରହିଛି ।

ଗଣନା ଅନୁସାରେ ଆଜି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶ ମାନଙ୍କରେ ଯୌନ ବ୍ୟଭିଚାର ବ୍ୟାପି ଯାଇଛି । ଏହି ଦୁର୍ଗତିର ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ସେଠାରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନରେ ରୋଗ ଏତେ ବଢି ଯାଉଛି ଯେ ଆମେରିକା ଠାରୁ ଭାରତରେ ତିନି ଗୁଣ ଅଧିକ ଜନସଂଖ୍ୟା ଥିଲାବେଳେ ଭାରତ ଠାରୁ ଆମେରିକାରେ ୧୦ ଗୁଣ ଅଧିକ ଔଷଧ ବିକ୍ରି ହୁଏ । ମାନସିକ ରୋଗୀ ସେଠାରେ ଏତେ ଅଧିକ ଯେ ପ୍ରତି ୧୦ ଜଣ ଆମେରିକୀୟଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଜଣେ ମାନସିକ ରୋଗୀ ହୋଇଥାଏ । ଯୌନ ବ୍ୟଭିଚାର ଏବଂ କାମନା ଏତେ ବଢି ଯାଇଛି ଯେ ପ୍ରତି ୬ ସେକେଣ୍ଡରେ ଗୋଟିଏ ବଳାତ୍କାର ହୁଏ ଏବଂ ପ୍ରତିବର୍ଷ ୨୦ ଲକ୍ଷ କନ୍ୟା ବିବାହ ପୂର୍ବରୁ ଗର୍ଭବତୀ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ମୁକ୍ତ ଯୌନ ସଂପର୍କ ଯୋଗୁ ବିବାହ ପୂର୍ବରୁ ଏଠାରେ ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତ ସମଲିଙ୍ଗୀ ସଂପର୍କ ରଖନ୍ତି । ଏହା କାରଣରୁ ୬୫ ପ୍ରତିଶତ ବୈବାହିକ ଜୀବନ ଛାଡପତ୍ରର ଶିକାର ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟ ପାଇଁ ପ୍ରକୃତି ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସଂଯମକୁ ଉପହାସ କରିବା କାରଣରୁ ପ୍ରକୃତି ଏମାନଙ୍କୁ ସମଲିଙ୍ଗୀ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତି କରି ଦିଏ । ଏହି ରୋଗ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ଏଡ୍ସ ରୋଗ ଦୃତ ଗତିରେ ବଢି ଚାଲିଛି । ସେଠାରେ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଅଶାନ୍ତି, କ୍ରୋଧ, କଳହ, ସନ୍ତାପ ଏବଂ ସାମାଜିକ ଜୀବନରେ ଅଶାନ୍ତି, ଉଶୃଙ୍ଖଳତା, ଉଦ୍ଦଣ୍ଡତା, ଶତୃତାର ମହାଭୟାନକ ବାତାବରଣ ଛାଇ ଯାଇଛି । ବିଶ୍ୱର ୪ ପ୍ରତିଶତ ଜନସଂଖ୍ୟା ଆମେରିକାରେ ବାସ କରନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କର ଉପଯୋଗ ପାଇଁ ବିଶ୍ୱର ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ସାଧନ ସାମଗ୍ରୀ (ଯେପରି କାର, ଟି.ଭି., ଏୟରକଣ୍ଡିସନ୍ ଘର ଆଦି) ସେଠାରେ ଅଛି । ପୁଣି ମଧ୍ୟ ଅପରାଧ ବୃତ୍ତି ଏପରି ବଢି ଯାଇଛି ଯେ ପ୍ରତି ୧୦ ସେକେଣ୍ଡରେ ଗୋଟିଏ ବଡ ଧରଣର ଡକାୟତି ହେଉଛି, ପ୍ରତି ଏକ ଲକ୍ଷରେ ୪୨୫ ଜଣ ଜେଲ ଦଣ୍ଡ ଭୋଗ କରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଭାରତର ପ୍ରତି ଲକ୍ଷେ ବ୍ୟକ୍ତିରେ ୨୩ ଜଣ ଜେଲ ଦଣ୍ଡ ଭୋଗନ୍ତି ।

ଏହି ଫ୍ରଏଡ ପରି କାମୁକ ଦାର୍ଶନିକ ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶଗୁଡିକ ବହୁତ ପ୍ରଭାବିତ ଏବଂ ସେଠାରୁ ଏହି ଅନ୍ଧକାର ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମ ଦେଶକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କଲାଣି । ଏଣୁ ଆମ ଦେଶକୁ ମଧ୍ୟ ଆମେରିକା ପରି ଖରାପ ଦଶା ଭୋଗ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଆମକୁ ସାବଧାନ ହେବାକୁ ପଡିବ । ଏଠାରେ କିଛି ଅବିଚାରୀ ଦାର୍ଶନିକ ମଧ୍ୟ ଫ୍ରଏଡଙ୍କ ଆଧାର ଉପରେ **''ସଂଭୋଗରୁ ସମାଧି''**ର ଉପଦେଶ ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଯୁବ ପିଢି କୁପଥଗାମୀ ହେଉଛନ୍ତି । ଫ୍ରଏଡ କେବଳ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ମାନ୍ୟତା ଉପରେ ବ୍ୟଭିଚାର ଶାସ୍ତ୍ର ରଚନା କରିଛନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ତଥାକଥିତ ଦାର୍ଶନିକମାନେ **''ସଂଭୋଗରୁ ସମାଧି''** ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟଭିଚାରକୁ ଆଧାତ୍ମିକ ମାନ୍ୟତା ଦେଇ ଧାର୍ମିକ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଭ୍ରଷ୍ଟ କରି ଦେଉଛନ୍ତି । **''ସମ୍ଭୋଗରୁ ସମାଧି ହୁଏ ନାହିଁ ସତ୍ୟାନାଶ ହୁଏ ।''** ସଂଯମରୁ ହିଁ ସମାଧି ହୁଏ । ଏହି ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନକୁ ଏବେ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି ।

ଯେବେ ପଶ୍ଚିମୀ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ଜ୍ଞାନ-ବିଜ୍ଞାନର ବିକାଶ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ନଥିଲା ଆଉ ମନୁଷ୍ୟ

ସଂସ୍କୃତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରବେଶ ମଧ୍ୟ କରି ନଥିଲା ସେହି ସମୟରୁ ଭାରତବର୍ଷର ଯୋଗୀ ଦାର୍ଶନିକ ଗଣ ମାନବ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ (ପାର୍ଶ୍ୱ) ଗୁଣ-ଦୋଷ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ଉପରେ ଗମ୍ଭୀରତା ପୂର୍ବକ ବିଚାର କରୁଥିଲେ । ତଥାପି ପଶ୍ଚାତ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନର ଛତ୍ରଛାୟା ତଳେ ଆଶ୍ରିତ ଓ ତାର ପ୍ରକାଶରେ ଦେଦିପ୍ୟମାନ ବର୍ତ୍ତମାନ ଭାରତର ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ସେହି ପ୍ରାଚୀନ ମନୋବିଜ୍ଞାନର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ବି ମାନିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ନୁହଁନ୍ତି, ଏହା ସବୁଠାରୁ ଦୁଃଖର କଥା । ଭାରତୀୟ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଗଣ ଚେତନାର ଚାରୋଟି ସ୍ତର ଜାଗ୍ରତ, ସ୍ୱପ୍ନ, ସୁସୁପ୍ତି ଓ ତୁରୀୟାବସ୍ଥା ଅଛି ବୋଲି ବିବେଚନା କରଥିବା ସ୍ଥଳେ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ପ୍ରଥମ ତିନି ସ୍ତର ଅର୍ଥାତ୍ ଜାଗ୍ରତ, ସ୍ୱପ୍ନ ଓ ସୁସୁପ୍ତିକୁ ହିଁ ଜାଣନ୍ତି । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ନାସ୍ତିକ ଅଟେ । ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଧର୍ମ ସହିତ ଅତଃପ୍ରତଃ ଭାବେ ଜଡ଼ିତ ଥିବାରୁ ଏହା ଆତ୍ମବିକାଶ ଓ ଚରିତ୍ର ନିର୍ମାଣରେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମଜ୍ଞାନ ଓ ଆତ୍ମ-ସଂଶୋଧନ ନିମନ୍ତେ ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ସର୍ବାଧିକ ସହାୟକ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ କୁ-ଅଭ୍ୟାସକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବାର ଓ ସୁ-ଅଭ୍ୟାସକୁ ଆପଣାଇବାର ତଥା ମନର କ୍ରିୟା କଳାପକୁ ବୁଝିବାକୁ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପାୟମାନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ କରାଯାଇଅଛି ଯାହାଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ସୁଖି, ସୁସ୍ଥ ଓ ସମ୍ମାନିତ ଜୀବନ ଯାପନ କରି ପାରିବ ।

ପଶ୍ଚିମ ସଭ୍ୟତାର ବୈଜ୍ଞାନିକ ମାନ୍ୟତାକୁ ଆଧାର କରି ବିଶ୍ୱଶାନ୍ତି ନିମନ୍ତେ କରାଯାଉଥିବା ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ବାଲି କାନ୍ଥ ଦ୍ୱାରା ଭବନ ନିର୍ମାଣ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ସହିତ ସମାନ । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନର ପରିଣାମର ଫଳାଫଳ ବିଗତ ଦୁଇ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ରୂପାୟିତ ହୋଇଅଛି ବା ଦେଖା ଯାଇଅଛି । ଏହି ଭ୍ରମ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ବୈଜ୍ଞନିକ ଗଣ ଖୁବ୍ ଭଲ ଭାବେ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି ପାରିଲେଣି । ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ସର୍ବଦୈବ ମନୁଷ୍ୟର ଦୈବୀ ସଂପଦାକୁ ଜାଗୃତ କରାଇ ଆତ୍ମୋନ୍ନତି ମାର୍ଗରେ ଆଗକୁ ବଢାଇବାର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରି ଆସିଅଛି । ତାର ଏହି **'ବିଭିନ୍ନତା ମଧ୍ୟରେ ଏକତା'** ଅର୍ଥାତ **'ଅନେକତା ମଧ୍ୟରେ ଏକତା'** ସିଦ୍ଧାନ୍ତକୁ ଆଧାର କରି ହିଁ ସଂସାରରେ ବିଭିନ୍ନ ରାଷ୍ଟ୍ର, ସାମାଜିକ ବର୍ଗ, ଧର୍ମ, ପ୍ରଜାତି ସମୂହ ମଧ୍ୟରେ ସହିଷ୍ଣୁତା ତଥା ସକ୍ରିୟ ସହଯୋଗ ଉତ୍ପନ୍ନ କରାଯାଇ ପାରିବ । ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ଶରୀର ଓ ମନରେ ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରଭାବ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ର/ଚକ୍ରର ସ୍ଥିତି, କୁଣ୍ଡଳିନୀର ସ୍ଥିତି, ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆଦି ବିଷୟ ଉପରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଅଛି । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ମାନବ ବ୍ୟବହାରର ବିଜ୍ଞାନ ଅଟେ । ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ମାନସ ବିଜ୍ଞାନ ତଥା ଆତ୍ମବିଜ୍ଞାନ ଅଟେ । ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପ୍ରତି ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଥାଏ ଯେବେ କି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ କେବଳ ମାନସିକ କ୍ରିୟା ସମୂହରେ ଅର୍ଥାତ୍ ମସ୍ତିଷ୍କ ସଂଗଠନ୍ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ଜଗତର ହିଁ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ । ଏଥିରେ ପୁଣି ଫ୍ରାଏଡଙ୍କ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଅର୍ଥାତ୍ ଏକ ରୁଗ୍ଣ ମନ ଅନ୍ୟ ଏକ ରୁଗ୍ଣ ମନର ଅଧ୍ୟୟନ କରିଅଛି ଯେବେ କି ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ-ନିରୋଧରୁ ମନ-ନିରୋଧ ଏବଂ ମନ-ନିରୋଧରୁ ଆତ୍ମସିଦ୍ଧିକୁ ହିଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ବନାଇ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଅଛି । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ମାନସିକ ଅଶାନ୍ତିରୁ ମୁକ୍ତି ନିମନ୍ତେ କୌଣସି ସମୁଚିତ ସାଧନା ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇ ନଥାଏ ଯାହାକି ତାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ନିହିତ ଥିବା ନିଷେଧାତ୍ମକ ପରିବେଶ ନିମନ୍ତେ ସ୍ଥାୟୀ ପ୍ରତିକାର ଯୋଗାଇ ପାରେ । ଏଥିପାଇଁ ଫ୍ରାଏଡଙ୍କ

ସହସ୍ରାଧିକ ବୁଦ୍ଧିମାନ ଅନୁସରଣକାରୀ ପାଗଳ ହୋଇଗଲେ । **ସଂଭୋଗ ମାର୍ଗରେ ପରିଚାଳିତ ହୋଇ କୌଣସି ଯୋଗୀ ଯୋଗସିଦ୍ଧ ହୋଇ ନାହାନ୍ତି** । ସେ ମାର୍ଗର ପଥିକ ସବୁ ପାଗଳ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହାର ବିପରୀତ ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ମାନସିକ ଅଶାନ୍ତିରୁ ମୁକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଉପାୟମାନ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଅଛି ଯଥା ଯୋଗମାର୍ଗ, ସାଧନା-ଚତୁଷ୍ଟ୍ୟ, ଶୁଭ-ସଂସ୍କାର, ସତ୍‌ସଙ୍ଗତି, ଅଭ୍ୟାସ, ବୈରାଗ୍ୟ, ଜ୍ଞାନ ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ଇତ୍ୟାଦି । ଏ ସାଧନା ସମୂହର ନିୟମିତ ଅଭ୍ୟାସ ଫଳରେ ସଂଗଠିତ ଓ ସମାୟୋଜିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ନିର୍ମାଣ ସମ୍ଭବପର ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନର ଅନୁସରଣକାରୀ ପାଣିନି ଏବଂ ମହାକବି କାଳିଦାସ ପରି, ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଅଳ୍ପ ବୁଦ୍ଧି ସଂପନ୍ନ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ମହାନ ବିଦ୍ୱାନ ହୋଇଗଲେ । ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଏ ବିଶ୍ୱକୁ ହଜାର ହଜାର ମହାନ ଭକ୍ତ ସମର୍ଥ ଯୋଗୀ ତଥା ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନୀ ମହାପୁରୁଷ ଦେଇଅଛି ।

ଅତଃ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନକୁ ଛାଡ଼ି ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନର ଆଶ୍ରୟ ନେବାରେ ହିଁ ବ୍ୟକ୍ତି, କୁଟୁମ୍ବ, ସମାଜ, ରାଷ୍ଟ୍ର ଆଉ ବିଶ୍ୱର କଲ୍ୟାଣ ନିହିତ ରହିଛି ।

ଭାରତୀୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ପାତଞ୍ଜଳିଙ୍କର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଉପରେ ଚାଲି ହଜାର ହଜାର ଯୋଗସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷ ଏହି ଦେଶରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛନ୍ତି, ଏବେ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛନ୍ତି, ଆଗକୁ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହେବେ । କିନ୍ତୁ **''ସଂଭୋଗରୁ ସମାଧି''** ମାର୍ଗକୁ ଆଧାର କରି କେହି ଯୋଗସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷ ହେବା, ମୁଁ ଶୁଣି ନାହିଁ । ଏହି ମାର୍ଗ ଉପରେ ଚାଲି କିଛି ପାଗଳ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛନ୍ତି, ଏଭଳି କିଛି ନମୁନା ଆମେ ଦେଖିଛୁ ।

ଫ୍ରଏଡ ନିଜ ନିକିତିରେ ସାରା ଦୁନିଆକୁ ତଉଲିବାର ଭୁଲ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ନିଜ ଜୀବନ ପ୍ରଣାଳୀର ଘଟଣାବଳୀ ଦ୍ୱାରା ଏହି ତତ୍ତ୍ୱର ପରିପ୍ରକାଶ ଘଟିଛି । ତାଙ୍କ ମାତା ଅମେଲିଆ ବହୁତ ସୁନ୍ଦରୀ ଥିଲେ । ସେ ଏୟାକୋବଙ୍କ ସହିତ ଦ୍ୱିତୀୟ ବିବାହ କରିଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ ଫ୍ରଏଡ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କଲେ ସେତେବେଳେ ସେ ୨୧ ବର୍ଷର ହୋଇଥିଲେ, ପିଲାକୁ ସେ ବହୁତ ଭଲ ପାଉଥିଲେ । ବୋଧହୁଏ ବୟସ ବଢିବା ସହିତ ମାଆର ରୂପରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ବାଳକ ଫ୍ରଏଡର ଯୌନକାଂକ୍ଷା, ମାଆର ବାତ୍ସଲ୍ୟ ମମତାକୁ ପ୍ରଣୟରେ ପରିଣତ କରିଛି । ସେ ବାଲ୍ୟ କାଳରୁ ଉଦ୍ଦଣ୍ଡ ଏବଂ ଈର୍ଷାଳୁ ଥିଲା ।

ଦିନେ ସେ ମାତା-ପିତା ଶୋଇଥିବା ଘରେ ଅଚାନକ ପ୍ରବେଶ କରି ବାପା-ମାଆଙ୍କୁ ଅସଂଯତ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପକାଇ ହଡବଡ କରି ଦେଲା । ହୋଇପାରେ ସେ ଏହି ସ୍ଥିତି ଦେଖି ତା ମନରେ ଈର୍ଷା ଉପୁଜି ହୋଇଥିବ । ୭ ବର୍ଷ ବୟସରେ ସେ ଦିନେ ବାପାଙ୍କୁ ଚିଡାଇଲା ଓ ମୁହଁରେ ଜବାବ ଦେଲା । ବାପା ତାକୁ ମାରିଲେ ଏବଂ କହିଲେ ଯେ ଟୋକା ବହୁତ ଜିଦ୍‌ଖୋର ଏବଂ କୋଢିଆ ହୋଇଯାଉଛି । ଏହି ଘଟଣା ଫ୍ରଏଡ ନିଜେ ଲେଖିଛନ୍ତି । ଏହି ଘଟଣାର ଆଧାର ଉପରେ ଫ୍ରଏଡ କହୁଛନ୍ତି, ''ପୁରୁଷ ପିଲା ଦିନରୁ ଇଡିପସ୍ କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ (Oedipus Complex)ରୁ ଯୌନ ଆକାଂକ୍ଷା ଅଥବା ଯୌନ-ଈର୍ଷାରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ପୁଅ ମା ପ୍ରତି ଯୌନ ଆକର୍ଷିତ ଏବଂ ଝିଅ ବାପ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୁଏ ଯାହାକୁ ଫ୍ରଏଡ ଇଲେକ୍ଟ୍ରା କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ (Electra Complex) ବୋଲି ନାମକରଣ କରିଛନ୍ତି । ତିନି ବର୍ଷ ବୟସରେ ପୁଅ ନିଜ ମା ସାଥିରେ ଯୌନ ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ଥାପନ କରିବା ପାଇଁ ଲାଳାୟିତ ହୋଇଥାଏ । ବୟସ ବଢିବା ସହିତ ଯେତେବେଳେ ସେ ଜାଣେ ଯେ ତା ମା ସହିତ ତା ବାପର ଏପରି ସଂପର୍କ ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ଅଛି ସେତେବେଳେ ତାର ମନରେ ବାପ ପ୍ରତି ଈର୍ଷା ଏବଂ ଘୃଣା ଜନ୍ମ ନିଏ । ଏଇ ବିଦ୍ୱେଷ ତା ଅବଚେତନ ମନରେ ଆଜୀବନ

ରହିଥାଏ । ସେହିପରି ଝିଅ ନିଜ ବାପ ପ୍ରତି ଚିନ୍ତା କରି ମାଆ ପ୍ରତି ଈର୍ଷା କରିଥାଏ ॥

ଫ୍ରଏଡ଼ କହନ୍ତି, ''ଏହି ମାନସିକ ଅସନ୍ତୁଳନ କାରଣରୁ ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରଗତି ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ଉଡିପସ୍ କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ ତାହା ସମ୍ମୁଖରେ ବାରମ୍ବାର ପାଚେରୀ ହୋଇ ଛିଡା ହୁଏ । ଏହି ସ୍ଥିତି ବ୍ୟତିକ୍ରମ ନୁହେଁ ବରଂ ସାଧାରଣ ପ୍ରାୟ ଏହିପରି ହୋଇଥାଏ ।

ଏହିପରି କହିବା ଘୃଣିତ ଏବଂ ହାସ୍ୟାସ୍ପଦ ଅଟେ । ଛୋଟ ଛୁଆ ଯୌନ ଆକାଂକ୍ଷାରେ ପୀଡିତ ହେବା ପୁଣି ନିଜ ମାଆ ସହିତ ? ଶରୀର ପ୍ରଜନନ ଯୋଗ୍ୟ, ସୁଦୃଢ ହେବା ପରେ ହିଁ ପଶୁ ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କର ଶରୀରରେ ବାସନା ଆସେ । କିନ୍ତୁ ମନୁଷ୍ୟର ବାଳକ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ବୃତ୍ତି ଏତେ ଛୋଟ ବୟସରେ କିପରି ଆସିବ ଏବଂ ମାଆ ସହିତ ଏପରି ତୃପ୍ତି କରିବାର ତାର ଶାରୀରିକ-ମାନସିକ ସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟ ନଥାଏ । ପୁଣି ତିନି ବର୍ଷ ବାଳକର କାମ ପ୍ରୟୋଗ ଏବଂ ବାପ ମାଆଙ୍କର ସଂଲଗ୍ନ ରହିବା ବିଷୟରେ ଜାଣିବାର ଶକ୍ତି କେଉଁଠୁ ଆସେ ? ପୁଣି ସେ ଛୁଆ କିପରି ବୁଝି ପାରେ ଯେ ତାକୁ ବାପା ପ୍ରତି ଈର୍ଷା କରିବାକୁ ପଡିବ ?

ପିଲା ମାଆର ଦୁଧ ପିଇବାକୁ ଏହି ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ରତି ସୁଖ ବୋଲି ଧରି ନେଇଛନ୍ତି । ଯଦି ଏହି ସ୍ତନପାନକୁ ରତି ସୁଖ ବୋଲି ଧରାଯାଏ ତେବେ ବୟସ ବୟସ ବଢିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏହି ଉତ୍କଣ୍ଠା ମଧ୍ୟ ପ୍ରବଳ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତା ଏବଂ ବୟସ୍କ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତା ମାଆ ତାକୁ ସ୍ତନପାନ କରାଇ ଥାଆନ୍ତା । ଏହା କସ୍ମିନ କାଳେ ସମ୍ଭବ କି ? ଏମରି ଏକ ଅବାନ୍ତର ଯୁକ୍ତି ଯାହାକୁ ଭର୍ତ୍ସନା କରିବା ଦରକାର । ଫ୍ରଏଡ ଆପଣା ମାନସିକ ବିକୃତିକୁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଉପରେ ଲଦି ଦେଇ ମନବିଜ୍ଞାନକୁ ବିକୃତ କରି ଦେଇ ଅଛନ୍ତି !

ଯେଉଁମାନେ ମାନବ ସମାଜକୁ ପଶୁ ପ୍ରବୃତ୍ତିରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଚାହାନ୍ତି, ଭାବି ପିଢୀଙ୍କର ଜୀବନ ପିଶାଚମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚାହାନ୍ତି, ଯୁବା ପିଢୀଙ୍କ ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ମାନସିକ ପ୍ରସନ୍ନତା ଏବଂ ବୌଦ୍ଧିକ ସାମର୍ଥ୍ୟ ନିର୍ମାଣ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ଏହି ଦେଶକୁ 'ଏଡ୍‌ସ' (AIDS) ପରି ଘାତକ ରୋଗରେ ଗ୍ରସ୍ତ ହେବାରୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ସୁସ୍ଥ ସମାଜ ନିର୍ମାଣ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ଏହା ନୈତିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଏମାନେ ଭ୍ରମିତ ଯୁବ ପିଢୀକୁ ''ଯୌନ ସୁରକ୍ଷା'' ପରି ପୁସ୍ତକ ପଢାନ୍ତୁ ।

ଯଦି କାମ-ଉତ୍ତେଜନା ଆସିଲା ଏବଂ ଆମେ ଏହା ବୁଝି ପାରଲେ 'ଏହା ଠିକ୍ ନୁହେଁ, ଏହାଦ୍ୱାରା ମୋର ବଳ-ବୁଦ୍ଧି ଏବଂ ତେଜ ନାଶ ହେବ', ତଥାପି ଆମେ ଏଥିରୁ ନିବୃତ୍ତ ନ ହୋଇ ଯଦି ଲମ୍ପଟ ହୋଇଗଲେ, ତେବେ ଆମେ ଏବଂ ପଶୁ ମଧ୍ୟରେ କ'ଣ ତଫାତ୍ ରହିଲା ? ପଶୁଙ୍କର ଋତୁ ହେଲେ ସେମାନେ ମୈଥୁନରେ ଲିପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ବାକି ସମୟରେ ନୁହେଁ; ଏ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ ସହଜମୟ, କିନ୍ତ ମନୁଷ୍ୟ... !

ମନୁଷ୍ୟ ତ ବାର ମାସ ରତି ସୁଖରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଏବଂ ଏହା ମଧ୍ୟ କହିପକାଏ ଯେ ଯଦି ରତିକ୍ରିୟାରୁ ସୁଖ ନ ନେବ ତେବେ ଭଗବାନ ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରରେ ଏହା ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି କାହିଁକି ? ତୁମେ ନିଜକୁ ବିବେକ ପୂର୍ବକ ସଂଯତ ରଖି ପାରୁନାହଁ, ଛୋଟ ଛୋଟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସୁଖରେ ମଜ୍ଜି ଯାଉଛ । ଏହା ତୁମେ ବୁଝିପାରୁ ନାହଁ ଓଲଟି ଭଗବାନଙ୍କୁ ତୁମ ପାପରେ ଭାଗୀଦାର କରିବାକୁ ପଛାଉ ନାହଁ ?

ଆତ୍ମଘାତୀ ତର୍କ :

ଏବେ କିଛି ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ମୋ ପାଖକୁ ଏକ ଚିଠି ଆସିଥିଲା, ଏଥିରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପଚାରିଥିଲେ, ''ଆପଣ ସତ୍‌ସଙ୍ଗରେ କହୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଗୋଟିଏ ପୁସ୍ତକରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି ଯେ 'ବିଡି, ସିଗାରେଟ, ତମ୍ବାଖୁ ଆଦି ଖାଅ ନାହିଁ । ଏ ସବୁଥିରୁ ଦୂରେଇ ରୁହ, କାରଣ ଏସବୁ ତୁମର ବଚନ ଏବଂ ତେଜକୁ ନଷ୍ଟ କରେ... ଯଦି ଏପରି, ତେବେ ଭଗବାନ ଏ ତମ୍ବାଖୁ ଆଦିକୁ ସୃଷ୍ଟି କାହିଁକି କରିଛନ୍ତ ?''

ବର୍ତ୍ତମାନ ସେ ଭଦ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି ତମ୍ବାଖୁ ଆଦିର ଅଭ୍ୟାସ ଛାଡି ପାରୁନାହାଁନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦୋଷ ଦେବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ଭଗବାନ ତ ଗୋଲାପ ସାଥିରେ କଣ୍ଟା ବି ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି ଆମେ ଗୋଲାପ ଛାଡି କଣ୍ଟା କାହିଁକି ତୋଳୁନା ? ଭଗବାନ ନିଆଁ ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି, ଆମେ ସେଥିରେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁ, ଘର କାହିଁକି ପୋଡୁନା ? ଭଗବାନ ମନ୍ଦାର ଧତୁରା, ବବୁଲ ଆଦି ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି ଆମେ ସେସବୁକୁ ତ ଖାଦ୍ୟ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରୁନା ? ଆମେ ବୁଦ୍ଧିକୁ ଉପଯୋଗ କରି ଯେଉଁଗୁଡିକ ଆମ ପାଇଁ ହିତକର ତାହା ଗ୍ରହଣ କରୁଛେ । ତୁମ ମନ ତୁମ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ନାହିଁ, ତେଣୁ କିଛି ନ ପାରି ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦୋଷ ଦେଇ ଚାଲିଛ । ଆରେ ବାବା ! ଭଗବାନ ତ ବାଦାମ ପେସ୍ତା ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି, ଦୁଧ ମଧ ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି; ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଅଛି ତ ତାକୁ ଗ୍ରହଣ କର । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆମର ବୁଦ୍ଧି ଏବଂ ବଳ ବୃଦ୍ଧି ହେବ । ପଇସା ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାର ଅଛି ତ ଏଥିରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କର । ଏଥିରେ ତ ଖର୍ଚ୍ଚ କରୁନାହଁ, ଲାଗିଛ ସେହି ତମ୍ବାଖୁ ନିଶା ପଛରେ । ଏହା ବୁଦ୍ଧିର ସଦୁପଯୋଗ ନୁହେଁ ବରଂ ଦୁରୁପଯୋଗ । ତମ୍ବାଖୁ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବୁଦ୍ଧି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ ।

ଶରୀରର ବଳ-ବୁଦ୍ଧି ସୁରକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେଲେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଯୋଗଦର୍ଶନର 'ସାଧନ ପାଦ'ରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ମହିମା ଏହିପରି ଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି –

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ବୀର୍ଯ୍ୟଲାଭଃ ।।୩୮।।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ଦୃଢ ସ୍ଥିତି ହୋଇଗଲେ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ହୁଏ ।

ସ୍ତ୍ରୀ-ସହ କେତେ ଥର ମିଳନ ହେବା ଉଚିତ୍ ?

ଯଦି କେହି ଜାଣିଶୁଣି ନିଜ ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ହରାଇ ଶ୍ରୀହୀନ ହେବାକୁ ଚାହେଁ ତ ସେ ସକ୍ରେଟିସଙ୍କର ପ୍ରସିଦ୍ଧ କଥାକୁ ମନେ ରଖିବା ଉଚିତ୍ । ଗ୍ରୀସର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଦାର୍ଶନିକ ସକ୍ରେଟିସ୍‌ଙ୍କୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରଶ୍ନ କରିଥିଲା –

''ପୁରୁଷ ସ୍ତ୍ରୀ ସହିତ କେତେ ଥର ମିଳିତ ହେବା ଉଚିତ୍ ?''

''ଜୀବନରେ କେବଳ ଥରେ ।''

''ଯଦି ଏଥିରେ ସେ ତୃପ୍ତ ନ ହୁଏ ?''

''ତେବେ ବର୍ଷରେ ଥରେ ।''

''ଯଦି ଏଥିରେ ସେ ସନ୍ତୋଷ ନ ହୁଏ ?''

''ପୁଣି ମାସରେ ଥରେ ।''

''ଏଥିରେ ମଧ ମନ ତୃପ୍ତ ନ ହୁଏ ?''

''ତେବେ ମାସରେ ଦୁଇଥର, କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ ମୃତ୍ୟୁ ଶୀଘ୍ର ଆସିଯିବ ।''

''ଏହା ପରେ ବି ଯଦି ଇଚ୍ଛା ହୁଏ ସ୍ତ୍ରୀ ସହିତ ମିଳିତ ହେବା ପାଇଁ ତେବେ କ'ଣ କରାଯିବ ? ଏଥିରେ ଉତ୍ତର ଦେଇ ସକ୍ରେଟିସ କହିଛନ୍ତି –

''ତେବେ ଏପରି କର ପ୍ରଥମେ କବର ଖୋଳ, ପୁଣି ନିଜର ଶବ ସତ୍କାର କରିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିସାରି ଯାହା ଇଚ୍ଛା ତାହା କରିପାର ।''

ସକ୍ରେଟିସଙ୍କର ଏହି ବାଣୀ ବାସ୍ତବିକ ବଡ ପ୍ରେରଣାଦାୟୀ ଅଟେ । ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଯେଉଁମାନେ ସୁଖ ପାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି ସେମାନେ ଅନ୍ଧକାର, ନିରାଶାର ଗହ୍ୱରରେ ପତିତ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନେ ଶ୍ରୀହୀନ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ ପଡିଛନ୍ତି । କାମ ଭୋଗ ଦ୍ୱାରା କେବେ ତୃପ୍ତି ମିଳେ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ନିଜର ଅମୂଲ୍ୟ ଜୀବନ ବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଯାଏ । ରାଜା ଯଯାତିଙ୍କର କାହାଣୀ ତ ଆପଣ ଶୁଣିଥିବେ ।

ରାଜା ଯଯାତିଙ୍କର ଅନୁଭବ :

ଶୁକ୍ରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ଅଭଶାପରେ ରାଜା ଯଯାତି ଯୁବକ ଅବସ୍ଥାରେ ବୃଦ୍ଧ ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ପରେ ଯଯାତିଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନାରେ ପ୍ରୀତ ହୋଇ ଶୁକ୍ରାଚାର୍ଯ୍ୟ ତାଙ୍କୁ ଏହି ଶକ୍ତି ଦେଇଥିଲେ ଯେ ସେ ତାଙ୍କର ପୁତ୍ରଙ୍କ ଯୌବନ ଗ୍ରହଣ କରି ତାଙ୍କର ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ତାଙ୍କ ପୁତ୍ରକୁ ଅର୍ପଣ କରି ପାରନ୍ତି । ତେବେ ଯଯାତି ନିଜର ପୁତ୍ର ଯଦୁ, ତୁର୍ବସୁ, ଦ୍ରୁହ୍ୟୁ ଏବଂ ଅନୁଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର ଯୌବନ ମାଗିଥିଲେ, କିନ୍ତୁ କେହି ରାଜି ହୋଇ ନଥିଲେ । ଶେଷରେ ଛୋଟ ପୁତ୍ର ପୁରୁ ନିଜ ପିତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଯୌବନ ଦେଇ ତାଙ୍କର ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ପୁନଃ ଯୌବନ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଯଯାତି ଭୋଗ ବିଳାସରେ ମାତିଲେ, ସେ ନନ୍ଦନ ବନରେ ଅପସରାଙ୍କ ସହିତ ରମଣ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ଏହି ପ୍ରକାର ଏକ ହଜାର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭୋଗ ବିଳାସରେ ମାତିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ସେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ପାରିଲେ ନାହିଁ ଏବଂ ନିଜର ବଳକା ଯୌବନକୁ ନିଜ ପୁତ୍ର ପୁରୁକୁ ଦେଇ କହିଲେ –

ନ ଜାତୁ କାମଃ କାମାନାମୁପଭୋଗେନ ଶାମ୍ୟତି । ହବିଷା କୃଷ୍ଣବର୍ମେବ ଭୂୟ ଏବାଭିବର୍ଧତେ ॥

''ପୁତ୍ର । ମୁଁ ତୁମର ଯୌବନ ଦ୍ୱାରା ନିଜର ରୁଚି, ଉତ୍ସାହ ଏବଂ ସମୟ ଅନୁସାରେ ବିଷୟ ଭୋଗକୁ ଉପଭୋଗ କଲି କିନ୍ତୁ କାମନା ଏହି ବିଷୟ ଭୋଗ ଦ୍ୱାରା ତୃପ୍ତ ହେଲା ନାହିଁ, ଓଲଟି ଅଗ୍ନିରେ ଘିଅ ଢାଳିଲା ପରି ହୁତୁ ହୁତୁ ହୋଇ ତାହା ଦ୍ୱିଗୁଣିତ ହୋଇ ବଢିବାକୁ ଲାଗିଲା ।

ରତ୍ନ ଖଚିତ ପୃଥିବୀ, ସଂସାରର ସମସ୍ତ ସୁବର୍ଣ୍ଣ, ପଶୁ ଏବଂ ସୁନ୍ଦରୀ ସ୍ତ୍ରୀ ମାନେ ଯଦି ଗୋଟିଏ ପୁରୁଷକୁ ମିଳି ଯାଆନ୍ତି ତେବେ ମଧ୍ୟ ସେ ସବୁ ପୁରୁଷ ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ତୃଷ୍ଣା ତ୍ୟାଗ କରିଦେବା ଉଚିତ୍ ।

କ୍ଷୁଦ୍ର ବୁଦ୍ଧି ମଣିଷ ଯାହା ତ୍ୟାଗ କରିବା ଅତି କଠିନ ଯେଉଁ ମଣିଷ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ସାରିଲା ପରେ ମଧ୍ୟ ସେ ବୁଝି ପାରୁନାହିଁ ଯେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ତାକୁ ଗ୍ରାସ କରିଗଲାଣି ବୋଲି, ଯାହା ଏକ ପ୍ରାଣାନ୍ତକ ବ୍ୟାଧି ଅଟେ, ଏହି ତୃଷ୍ଣାକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ହିଁ ସୁଖ ମିଳିଥାଏ ।

(ମହାଭାରତ : ଆଦିପର୍ବ ସମ୍ଭବ ପର୍ବ : ୧୨)

ଯଯାତିଙ୍କର ଅନୁଭବ ବାସ୍ତବିକ ବଡ ମାର୍ମିକ ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟ ଜାତି ପାଇଁ ହିତକର ଅଟେ । ଯଯାତି ପୁଣି କହିଛନ୍ତି ''ପୁତ୍ର ! ଦେଖ, ମୁଁ ଏକ ହାଜାର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଷୟ ସୁଖ ଭୋଗ କରିବାରେ ବିତାଇ ଦେଲି ତେବେ ମଧ୍ୟ ମୋର ତୃଷ୍ଣା ଶାନ୍ତ ହୋଇନାହିଁ । ଆଜି ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ବିଷୟ ସୁଖ ପାଇଁ ମୁଁ ବ୍ୟାକୁଳ ହେଉଛି ।

ପୂର୍ଣ୍ଣଂ ବର୍ଷସହସ୍ରଂ ମେ ବିଷୟାସକ୍ତଚେତସଃ । ତଥାପ୍ୟନୁଦିନଂ ତୃଷ୍ଣା ମମୈତେଷ୍ୱଭିଜାୟତେ ॥

ଏଥିପାଇଁ ପୁତ୍ର ! ମୁଁ ଏବେ ବିଷୟାଭ୍ୟାସ ଛାଡି ବ୍ରହ୍ମ ଅଭ୍ୟାସରେ ମନ ଲଗାଇବି । ନିର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ ତଥା ମମତା ଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ବଣରେ ମୃଗ ମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ରହିବି । ହେ ପୁତ୍ର ! ତୁମର ମଙ୍ଗଳ ହେଉ । ତୁମ ଉପରେ ମୁଁ ପ୍ରସନ୍ନ । ଏବେ ତୁମେ ତୁମର ଯୌବନ ଗ୍ରହଣ କର ଏବଂ ମୋର ଏ ରାଜ୍ୟ ମଧ୍ୟ ତୁମକୁ ଅର୍ପଣ କରୁଛି ।''

ଏହି ପ୍ରକାର ନିଜର ପୁତ୍ର ପୁରୁକୁ ରାଜ୍ୟଭାର ଦେଇ ଯଯାତି ତପସ୍ୟା ପାଇଁ ବନଗମନ କରିଥିଲେ । ଏହି ରାଜା ପୁରୁଙ୍କ ଠାରୁ ପୌରବ ବଂଶ ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ଏହି ବଂଶରୁ ରାଜା ପରୀକ୍ଷିତଙ୍କର ପୁତ୍ର ଜନ୍ମେଜୟ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ ।

ରାଜା ମୁଚୁକୁନ୍ଦଙ୍କ ପ୍ରସଙ୍ଗ :

ରାଜା ମୁଚୁକୁନ୍ଦ ଗର୍ଗାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଦର୍ଶନ-ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଦ୍ୱାରା ଭଗବାନଙ୍କ ଦର୍ଶନ ପାଇଥିଲେ । ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ବେଳେ ସେ କହୁଥିଲେ –

''ପ୍ରଭୋ ! ମୋତେ ଆପଣଙ୍କ ଦୃଢ ଭକ୍ତି ଦିଅନ୍ତୁ ।''

ଭଗବାନ କହୁଥିଲେ ''ତୁମେ ଯୁବକ ବୟସରେ ବହୁତ ଉପଭୋଗ କରିଛ । ବିଷୟ ବାସନାରେ ମାତି ଥିଲ । ବିଷୟ ବାସନାରେ ଲିପ୍ତ ମଣିଷକୁ ଦୃଢ ଭକ୍ତି ମିଳେ ନାହିଁ । ମୁଚୁକୁନ୍ଦ ! ଦୃଢ ଭକ୍ତି ପାଇଁ ଜୀବନରେ ସଂଯମ ବହୁତ ଜରୁରୀ ଅଟେ । ତୁମର ଏହି କ୍ଷତ୍ରିୟ ଶରୀର ନଷ୍ଟ ହୋଇ ସାରିଲା ପରେ ପୁନଃଜନ୍ମ ପ୍ରାପ୍ତିରେ ତୁମକୁ ଦୃଢ ଭକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ।''

ଏହି ରାଜା ମୁଚୁକୁନ୍ଦ କଳି ଯୁଗରେ ନରସିଂହ ମେହେତା ହୋଇ ଜନ୍ମ ନେଲେ ।

ଯେଉଁ ଲୋକ ନିଜ ଜୀବନରେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷାକୁ ମହତ୍ତ୍ୱ ଦିଏ ନାହିଁ ସେ ଟିକେ ଭାବିବା ଦରକାର ସେ ରାଜା ଯଯାତିଙ୍କ ପଥ ଅନୁସରଣ କରୁନାହିଁ ତ ? ସେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଯଯାତିଙ୍କ ପରି ନଷ୍ଟ କରୁନାହିଁ ତ ? ଯଦି ନଷ୍ଟ କରୁଥାଅ ତେବେ ଯେପରି ଯଯାତି ସାବଧାନ ହୋଇଗଲେ ସେହିପରି ସାବଧାନ ହୋଇଯାଅ ଭାଇ, ସାହାସ କର । ସଚେତନ ହୋଇଯାଅ । ଦୟା କର । ଅନ୍ୟ ଉପରେ ଦୟା କର ବା ନ କର ନିଜେ-ନିଜ ଉପରେ ଦୟା କର । ସାହସ କର ! ଯାହା ହୋଇଗଲା ତାର ଚିନ୍ତା କରନାହିଁ । ଆଜିଠାରୁ ନୂଆ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କର । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷାର ଆସନ, ପ୍ରାକୃତିକ ଔଷଧ ଆଦି ଜାଣିକରି ବୀର ହୁଅ । ଓଁ...ଓଁ...ଓଁ

ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସର ଦୁଷ୍ପରିଣାମ :

ଆଜି ସମାଜରେ ବହୁତ ଅଭାଗା ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଶୃଙ୍ଗାର ରସ ପୁସ୍ତକ ପଢି,

ସିନେମାର କୁପ୍ରଭାବର ଶିକାର ହୋଇ ସ୍ୱପ୍ନ ଅବସ୍ଥା ବା ଜାଗ୍ରତ ଅବସ୍ଥାରେ ହସ୍ତ-ମୈଥୁନ ଦ୍ୱାରା ସପ୍ତାହରେ ଅନେକ ଥର ବୀର୍ଯ୍ୟନାଶ କରୁଛନ୍ତି । ଶରୀର ଏବଂ ମନକୁ ଏପରି କୁଅଭ୍ୟାସରେ ବୁଡେଇ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ବାରମ୍ବାର ବୀର୍ଯ୍ୟାଶୟ ଖାଲି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ବୀର୍ଯ୍ୟାଶୟକୁ ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀରର ଅଧିକାଂଶ ଶକ୍ତି ବ୍ୟୟ ହୋଇଥାଏ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ କାନ୍ତିମାନ କରୁଥିବା ଓଜ ନିର୍ମାଣ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତି ଶକ୍ତିହୀନ, ଓଜହୀନ, ଉତ୍ସାହଶୂନ୍ୟ ହୋଇଯାଏ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିର ବୀର୍ଯ୍ୟ ପତଳା ହୋଇଯାଏ । ଯଦି ସେ ନିଜକୁ ସଯତ ନ କରେ ତେବେ ଶୀଘ୍ର ସେ ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚିବ ଯେ ତାର ଅଣ୍ଡକୋଷ ପୁନର୍ବାର ବୀର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ମାଣ କରିବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଯିବ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ତାର ସନ୍ତାନ ଉତ୍ପତ୍ତି ଶକ୍ତି ଲୋପ ପାଇଯିବ । ତାର ଜୀବନ ଆଉ ଜୀବନ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିବ ନାହିଁ । ତାକୁ ସବୁ ପ୍ରକାରର ରୋଗ ଘେରି ପକାଇବେ । କୌଣସି ଔଷଧ ନା ଦେହରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେବ ନାହିଁ । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ବଞ୍ଚି ଥାଉ ଥାଉ ନର୍କର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରିବ । ଶାସ୍ତ୍ରକାରମାନେ ଲେଖିଛନ୍ତି :

ଆୟୁସ୍ତେଜୋ ବଳଂ ବୀର୍ଯ୍ୟଂ ପ୍ରଜ୍ଞା ଶ୍ରୀଶ୍ଚ ମହଦ୍ୟଶଃ ।ପୁଣ୍ୟଂ ଚ ପ୍ରୀତିମତ୍ୱଂ ଚ ହନ୍ୟତେଽବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟୟା ।।

''ଆୟୁ, ତେଜ, ବଳ, ବୀର୍ଯ୍ୟ, ବୁଦ୍ଧି, ଲକ୍ଷ୍ମୀ, କୀର୍ତ୍ତି, ଯଶ ତଥା ପୁଣ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରୀତି ଏସବୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟକୁ ପାଳନ ନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ।''

ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ସର୍ବଦା ସ୍ତୁତ୍ୟ :

ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ସର୍ବଦା ସ୍ତୁତ୍ୟ । 'ଅଥର୍ବ ବେଦ'ରେ କୁହାଯାଇଛି –

ଅତି ସୃଷ୍ଟୋ ଅପା ବୃଷଭୋଽତିସୃଷ୍ଟା ଅଗ୍ନୟୋ ଦିବ୍ୟା । ଇଦଂ ତମତି ସୃଜାମି ତଂ ମାଽଭ୍ୟବନିକ୍ଷି ।।

ଅର୍ଥାତ୍ ''ଶରୀରରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ବୀର୍ଯ୍ୟରୂପୀ ଜଳକୁ ବାହାରକୁ ନେଇ ଯାଉଥିବା, ଶରୀରରୁ ଅଲଗା କରି ଦେଉଥିବା କାମକୁ ମୁଁ ହଟାଇ ଦେଇଛି, ଏବେ ମୁଁ ଏହି କାମକୁ ମୋ ଠାରୁ ଦୂରକୁ ଫିଙ୍ଗି ଦେଉଛି । ମୁଁ ଏହି ବଳ, ବୁଦ୍ଧି ନାଶକ କାମର କେବେ ଶିକାର ହେବି ନାହିଁ ।'' ଏହି ପ୍ରକାର ସଂକଳ୍ପ କରି ନିଜ ଜୀବନକୁ ନିର୍ମାଣ ନ କରି ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବୀର୍ଯ୍ୟନାଶ କରିଥାଏ, ତାହାର କି ପରିଣତି ହୁଏ ତାହା ମଧ୍ୟ ଅଥର୍ବ ବେଦରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି —

ରୂଜନ୍ ପରିରୁଜନ୍ ମୃଣନ୍ ପରିମୃଣନ ।
ମ୍ରୋକୋ ମନୋହା ଖନୋ ନିର୍ଦାହ ଆତ୍ମଦୂଷିସ୍ତନୂଦୂଷିଃ ।

ଏହି କାମ ବହୁତ ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧିର ସୃଷ୍ଟିକାରୀ । ମୃଣନ୍ ଅର୍ଥାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ଦାୟୀ ଅଟେ । ପରିମୃଣାନ୍ ଅର୍ଥାତ୍ ବହୁତ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ମୃତ୍ୟୁ ଦେଇଥାଏ । ଏହା ପୀଡାଦାୟକ, ଗୋଳେଇ ଘାଣ୍ଟି, ମାନସିକ ଶକ୍ତିକୁ ନଷ୍ଟ କରି ଦେଇଥାଏ । ଶରୀରରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ବଳ, ଆରୋଗ୍ୟତା ଆଦିକୁ ଖୋଳି, ଖୋଳି ବାହାର କରି ଦେଇଥାଏ । ଶରୀରର ସବୁ ଧାତୁକୁ ଜାଳି ଦେଇଥାଏ । ଆତ୍ମାକୁ ମଳିନ କରି ଦେଇଥାଏ । ଶରୀରର ବାତ, ପିତ, କଫକୁ ଦୂଷିତ କରି ତାକୁ ତେଜହୀନ କରି ଦେଇଥାଏ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ବଳ ଦ୍ୱାରା ଅଙ୍ଗାରପର୍ଣ୍ଣ ପରି ବଳଶାଳୀ ଗନ୍ଧର୍ବରାଜକୁ ଅର୍ଜୁନ ପରାସ୍ତ କରି ଦେଇଥିଲେ ।

ଅର୍ଜୁନ ଏବଂ ଅଙ୍ଗାରପର୍ଣ୍ଣ ଗନ୍ଧର୍ବ :

ଅର୍ଜୁନ ନିଜ ଭାଇମାନଙ୍କ ସହିତ ଦ୍ରୌପଦିଙ୍କର ସ୍ୱୟମ୍ବର ସ୍ଥଳ ପାଞ୍ଚାଳ ଦେଶକୁ ଯାଉଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ଗଙ୍ଗା ତଟରେ ସୋମାଶ୍ରୟାଣ ତୀର୍ଥରେ ଗନ୍ଧର୍ବରାଜ ଅଙ୍ଗାରପର୍ଣ୍ଣ (ଚିତ୍ରରଥ) ତାଙ୍କର ରାସ୍ତା ବନ୍ଦ କରିଦେଲା । ସେ ଗଙ୍ଗାରେ ନିଜ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଜଳକ୍ରୀଡା କରୁଥିଲା । ସେ ପାଞ୍ଚପାଣ୍ଡବମାନଙ୍କୁ କହିଲା ''ମୁଁ ଏଠାରେ ଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ରାସ୍ତାରେ ରାକ୍ଷସ, ଯକ୍ଷ, ଦେବତା ଅଥବା ମନୁଷ୍ୟ କେହି ଯାଇପାରିବେ ନାହିଁ । ତୁମମାନଙ୍କର ଜୀବନକୁ ଭୟ ଅଛି ତ ଫେରି ଯାଅ ।''

ସେତେବେଳେ ଅର୍ଜୁନ କହିଲେ— ''ମୁଁ ଜାଣିଛି ସବୁ ଗନ୍ଧର୍ବ ମଣିଷମାନଙ୍କ ଠାରୁ ବଳଶାଳୀ କିନ୍ତୁ ମୋ ସମ୍ମୁଖରେ ତୁମର କରାମତି ଚଳିବ ନାହିଁ । ତୁମେ ଯାହା କରିବା କଥା କର, ଆମେ ତ ଏଇ ରାସ୍ତାରେ ହିଁ ଯିବୁ ।''

ଗନ୍ଧର୍ବ ଅର୍ଜୁନଙ୍କର ଏହି କଥା ଶୁଣି ବହୁତ କ୍ରୋଧିତ ହୋଇଗଲା ଏବଂ ପାଣ୍ଡବମାନଙ୍କ ଉପରେ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ବାଣ ପ୍ରୟୋଗ କଲା । ଅର୍ଜୁନ ହାତରେ ଯେଉଁ ଜଳନ୍ତା ମଶାଲ ଧରିଥିଲେ ସେହିଥିରେ ତାର ସମସ୍ତ ବାଣକୁ ନିଷ୍ଫଳ କରିଦେଇ ଗନ୍ଧର୍ବ ଉପରେ ଆଗ୍ନେୟ ଅସ୍ତ୍ର ପ୍ରୟୋଗ କରିଦେଲେ । ଅସ୍ତ୍ରର ତେଜରେ ଗନ୍ଧର୍ବର ରଥ ଜଳି ପୋଡି ପାଉଁଶ ହୋଇଗଲା ଏବଂ ନିଜେ କ୍ଷତ ବିକ୍ଷତ ହୋଇ ଅଚେତ ଅବସ୍ଥାରେ ମୁହଁ ମାଡି ତଳେ ପଡିଗଲା । ଏହା ଦେଖି ସେହି ଗନ୍ଧର୍ବର ପତ୍ନୀ କୁମ୍ଭୀନସୀ ବହୁତ ଡରି ଯାଇ ନିଜ ପତିକୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଯୁଧିଷ୍ଠିରଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବାକୁ ଲାଗିଲା । ଯୁଧିଷ୍ଠିର ଗନ୍ଧର୍ବକୁ ଅର୍ଜୁନ ଠାରୁ ବଞ୍ଚାଇଲେ ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ଅଙ୍ଗାରପର୍ଣ୍ଣ ଚେତା ପାଇଲା ସେ କହିଲା—

''ଅର୍ଜୁନ ! ମୁଁ ପରାସ୍ତ ହୋଇଗଲି, ଏଥିପାଇଁ ମୋର ପୂର୍ବ ନାମ ଅଙ୍ଗାରପର୍ଣ୍ଣକୁ ତ୍ୟାଗ କରୁଛି । ମୁଁ ନିଜର ବିଚିତ୍ର ରଥ ପାଇଁ ଚିତ୍ରରଥ ବୋଲି ଜଣା ଥିଲି । ଏ ରଥକୁ ତୁମେ ନିଜ ପରାକ୍ରମ ଦ୍ୱାରା ନଷ୍ଟ କରିଦେଲ । ଏଣୁ ଏବେଠାରୁ ମୁଁ ଦଗ୍ଧରଥ ବୋଲି ପରିଚିତ ହେବି ।

ମୋ ପାଖରେ ଚାକ୍ଷୁସୀ ନାମକ ବିଦ୍ୟା ଅଛି ଯାହା ମନୁ ସୋମଙ୍କୁ, ସୋମ ବିଶ୍ୱାବସୁଙ୍କୁ ଏବଂ ବିଶ୍ୱାବସୁ ମୋତେ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଗୁରୁବିଦ୍ୟା ଯଦି କୌଣସି ଦୁର୍ବଳକୁ ମିଳିଯିବ ତ ତାହା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ । ଯିଏ ଗୋଟିଏ ପାଦରେ ଛଅମାସ ଠିଆ ହୋଇ ତପସ୍ୟା କରି ପାରିବ ତ ତାକୁ ଏହି ବିଦ୍ୟା ମିଳିପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଅର୍ଜୁନ ! ମୁଁ ତୁମକୁ ବିନା ତପସ୍ୟାରେ ଏହି ବିଦ୍ୟା ପ୍ରଦାନ କରୁଛି ।

ଏହି ବିଦ୍ୟାରେ ବିଶେଷତ୍ୱ ହେଲା ତିନି ଲୋକରେ ଯେଉଁଠାରେ ଯେଉଁ ବସ୍ତୁକୁ ଆଖିରେ ଦେଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କଲେ ସେହି ରୂପରେ ଦେଖି ପାରିବ । ଅର୍ଜୁନ ! ଏହି ବିଦ୍ୟା ବଳରେ ଆମେମାନେ ମନୁଷ୍ୟ ଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବୋଲି ଧରାଯାଉ ଏବଂ ଦେବତାଙ୍କ ପରି ପ୍ରଭାବ ଦେଖାଇ ପାରୁ ।''

ଏହି ପ୍ରକାର ଅଙ୍ଗାରପର୍ଣ୍ଣ ଗନ୍ଧର୍ବ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଚାକ୍ଷୁସୀ ବିଦ୍ୟା, ଦିବ୍ୟ ଘୋଡା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ବସ୍ତୁମାନ ଭେଟି ଦେଲା ।

ଅର୍ଜୁନ ଗନ୍ଧର୍ବକୁ ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ, ''ଗନ୍ଧର୍ବ ! ତୁମେ ହଠାତ୍ ମୋ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କାହିଁକି କଲ ? ପୁଣି ହାରିଗଲ କାହିଁକି ?'' ଗନ୍ଧର୍ବ ବଡ ମର୍ମଭରା ଉତ୍ତର ଦେଇ କହିଲା, ''ଶତ୍ରୁକୁ ସନ୍ତାପ ଦେଇ ପାରୁଥିବା ହେ ବୀର ! ଯଦି କେହି କାମାଶକ୍ତ କ୍ଷତ୍ରିୟ ରାତ୍ରିକାଳରେ ମୋ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଆସିଥାନ୍ତା କୌଣସି ପ୍ରକାର ଜୀବନ ନେଇ ଫେରି ପାରିନଥାନ୍ତା କାରଣ ରାତ୍ରିକାଳରେ ଆମମାନଙ୍କର ବଳ ଅଧିକ ବଢିଯାଏ ।

ନିଜ ବାହୁବଳ ଉପରେ ଭରସା ରଖିଥିବା କୌଣସି ବୀର ପୁରୁଷକୁ ସ୍ତ୍ରୀ ସମ୍ମୁଖରେ ତିରସ୍କାର କଲେ ସେ ବରଦାସ୍ତ କରିପାରେ ନାହିଁ । ମୁଁ ଯେତେବେଳେ ମୋ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଜଳକ୍ରୀଡା କରୁଥିଲି ତୁମେ ମୋତେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ କଲ, ଏଥିପାଇଁ ମୁଁ କ୍ରୋଧିତ ହୋଇ ତୁମ ଉପରେ ବାଣ ବର୍ଷା କଲି । ଯଦି ତୁମେ ପଚାରିବ ମୁଁ ପରାଜିତ କାହିଁକି ହେଲି ତେବେ ତାର ଉତ୍ତର ହେଉଛି—

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପରୋ ଧର୍ମଃ ସ ଚାପି ନିୟତସ୍ତ୍ୱୟି । ଯସ୍ମାତ୍ ତସ୍ମାଦହଂ ପାର୍ଥ ରଣେଽସ୍ମିନ୍ବିଜିତସ୍ତ୍ୱୟା ॥

''ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସବୁଠାରୁ ବଡ ଧର୍ମ ଏବଂ ଏହା ତୁମଠାରେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ବିଦ୍ୟମାନ । ହେ କୁନ୍ତୀ ନନ୍ଦନ ! ଏଥିପାଇଁ ମୁଁ ଯୁଦ୍ଧରେ ତୁମଠାରୁ ହାରିଗଲି ।'' (ମହାଭାରତ ଆଦିପର୍ବ ଚିତ୍ରରଥ ପର୍ବ : ୭୧)

ଆମେ ବୁଝିଗଲେ କି ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ଅତି ଆବଶ୍ୟକ । ଏବେ ଏହା କିପରି ସମ୍ଭବ ଏହା ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବା ପୂର୍ବରୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଅର୍ଥ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝି ନେବା ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଅର୍ଥ :

''ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ'' ଶବ୍ଦ ବହୁତ ଚିତ୍ତାକର୍ଷକ ଏବଂ ପବିତ୍ର ଶବ୍ଦ ଅଟେ । ଏହାର ସ୍ଥୂଳ ଅର୍ଥ ଏହା ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି ଯେ ଯିଏ ବିବାହ କରିନାହିଁ, ଯିଏ କାମ-ଭୋଗ କରିନାହିଁ, ଯେ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କଠାରୁ ଦୂରରେ ରହେ ଆଦି । କିନ୍ତୁ ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର ସୀମୀତ ଅର୍ଥ ଅଟେ । ଏହି ଅର୍ଥରେ କେବଳ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣକୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ବୋଲି ଧରାଯାଇଛି । ପରନ୍ତୁ ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଦରକାର, କେବଳ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ସାଧନା ମାତ୍ର, ଲକ୍ଷ୍ୟ ନୁହେଁ । ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଉଛି ନିଜେ-ନିଜକୁ ଜାଣିବା ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମ-ସାକ୍ଷାତ୍କାର କରିବା । ଯିଏ ଆତ୍ମ-ସାକ୍ଷାତ୍କାର କଲା ସେ ଜୀବନ ମୁକ୍ତ ହୋଇଗଲା, ସେ ଆତ୍ମାନନ୍ଦରେ, ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦରେ ବିଚରଣ କରିଥାଏ । ସେ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ବସ୍ତୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏମିତି କିଛି ବସ୍ତୁ ତା ପାଇଁ ଦୁଷ୍ପ୍ରାପ୍ୟ ନଥାଏ । ସେ ଆନନ୍ଦର ସ୍ରୋତ ତା ନିଜ ଭିତରେ ପାଇଥାଏ । ସେ ଆନନ୍ଦ ପାଇଁ ବାହାର ବସ୍ତୁ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ନଥାଏ । ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଧୀନ, ତାର କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ ସହଜ ସରଳ ହୋଇଥାଏ । ସଂସାରର ବିଷୟ ଭୋଗ ତାହାର ଆନନ୍ଦମୟ ଆତ୍ମିକ ସ୍ଥିତିକୁ ଦୋଳାୟମାନ କରିପାରେନାହିଁ ।ସେ ସଂସାରର ବିଷୟ ଭୋଗର କୁପରିଣାମକୁ ବୁଝିପାରି ସେଥିରୁ ଦୂରେଇ ରହି ନିଜ ଆନନ୍ଦରେ ମସ୍ତ ରହି ଏହି ଭୂତଳରେ ବିଚରଣ କରୁଥାଏ । ସେ କୌପିନି ପିନ୍ଧିବା ଅବସ୍ଥାରେ ବା ବହୁତ କପଡା ପରିଧାନ କରିବା ଅବସ୍ଥାରେ, ଘରେ ଥାଉ ବା କୁଡିଆ ଭିତରେ, ପରିବାର ଚଳାଉଥାଉ ବା ଏକାନ୍ତ ଘୋର ଜଙ୍ଗଲରେ ବିଚରଣ କରୁଥାଉ, ଏପରି ମହାପୁରୁଷ କାଙ୍ଗାଳ ଜଣା। ପଡୁଥିଲେ ମଧ ଭିତରେ ସେ ମହାରାଜ ଅଟେ । କାରଣ ତାର ସମସ୍ତ ବାସନା, ଇଚ୍ଛା, କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପୂରା ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ, ଏପରି ମହାପୁରୁଷଙ୍କୁ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ କରିବା ଦରକାର ପଡେନାହିଁ, ସହଜେହିଁ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ସବୁ ବ୍ୟବହାର କଲେ ମଧ ସବୁ ସମୟରେ ସେ ସମାଧିସ୍ଥ ଥାଆନ୍ତି । ତାଙ୍କର ସମାଧି ମଧ ସହଜାତ୍ ହୋଇଥାଏ କେବେ ସମାଧି ବିଘ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ, କାରଣ ସେ ସବୁ ସମୟରେ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦରେ ଅବସ୍ଥାନ କରନ୍ତି ।

ସ୍ଥୂଳ ଅର୍ଥରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଅର୍ଥ ଯିଏ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣ ବୁଝିଥାଏ । ସେହି ଅର୍ଥରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବ୍ରତ, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ତପ, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସାଧନା ଏବଂ ଏହି ସାଧନାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ଆତ୍ମଜ୍ଞାନ, ଆତ୍ମ ସାକ୍ଷାତ୍କାର ମିଳିଥାଏ । ଏହି ଫଳ ପ୍ରାପ୍ତି ସହିତ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ଅର୍ଥ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାମାନ୍ୟତମ ବାସନା ରହିଛି ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇନାହିଁ । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମସନ୍ଧାନ ନ ହୋଇଛି ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବାସନା ନିବୃତ୍ତି ପାଇଁ, ଅନ୍ତଃକରଣ ଶୁଦ୍ଧି ପାଇଁ, ଈଶ୍ୱର ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ, ସୁଖୀ ଜୀବନ ପାଇଁ, ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ବା କୁହ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ କୁହ, ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣ ରୂପୀ ସାଧନା ସର୍ବଦା ସବୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଉତ୍ତମ, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।

ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣ କିପରି ହେବ, ଏଥିପାଇଁ ଆମେ କିଛି ସ୍ଥୂଳ ଏବଂ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଉପାୟର ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବା ।

***

ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷାର ଉପାୟ

ନିରାଡ଼ମ୍ବର ଜୀବନ ଯାପନ :

ବହୁତ ଲୋକଙ୍କର ଏପରି ଭାବନା ଯେ ଆଡ଼ମ୍ବରପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ସମାଜରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଆଣି ଦେଇଥାଏ । ଏପରି କିଛି ନୁହେଁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ତ କେବଳ ଅହଂକାର ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୋଇଥାଏ । ଚକାଚକ୍ ରେଶମୀ କପଡା ଏବଂ ବାସ୍ନା ତେଲ ଅତର ପ୍ରୟୋଗ କରନାହିଁ, ଜୀବନକୁ ଯେତେ ଚାକଚକ୍ୟମୟ କରିବ ସେତେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଚଞ୍ଚଳ ହୋଇଉଠିବ, ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା ତ ଦୂରର କଥା ।

ଇତିହାସ ଉପରେ ଯଦି ଆମେ ଦୃଷ୍ଟି ପକାଇବା ଆମକୁ ଏମିତି ମହାପୁରୁଷମାନେ ମିଳିବେ ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭରୁ ନିରାଡମ୍ବରପୂର୍ଣ୍ଣ । ସରଳ ଜୀବନ-ଯାପନ ବଡ ଲୋକର ଚିହ୍ନ । ଅନ୍ୟକୁ ଦେଖି ଅପ୍ରାକୃତିକ ଓ ଅଧିକ ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ଜୀବନକୁ ଅନୁସରଣ କରନାହିଁ ।

ଉପଯୁକ୍ତ ଆହାର :

ଇରାନର ବାଦଶାହା ବହମନ ଜଣେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବୈଦ୍ୟଙ୍କୁ ପଚାରି ଥିଲେ—

''ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ମନୁଷ୍ୟ କେତେ ଖାଇବା ଉଚିତ ?''

''୩୯ ତୋଳା'' ବୈଦ୍ୟ କହିଲେ ।

''ଏତିକିରେ କଣ ହେବ ?'' ବାଦଶାହା ପୁଣି ପଚାରିଲେ ।

''ବୈଦ୍ୟ କହିଲେ ''ଶରୀର ପୋଷଣ ପାଇଁ ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ ଦରକାର ନାହିଁ, ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଇବା ଅର୍ଥ ବୋଝ ବହିବା ଏବଂ ଆୟୁଷ ହରାଇବା ସାର ହେବ ।''

ଲୋକମାନେ ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ନିଜ ପେଟ ସହିତ ବହୁତ ଅନ୍ୟାୟ କରୁଛନ୍ତି । ପେଟ ଭରି ଖାଉଛନ୍ତି । ୟୁରୋପର ଜଣେ ବାଦଶାହା ଖୁବ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଉଥିଲେ । ପରେ ପରେ ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ବାନ୍ତି କରି ପୁଣି ସ୍ୱାଦ ଚାଖିବାକୁ ଭୋଜନ କରୁଥିଲେ । ସେ ଶୀଘ୍ର ମରିଗଲେ ।

ସ୍ୱାଦ କାଙ୍ଗାଳ ହୁଅନାହିଁ । ଜିଭକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖ । କ'ଣ ଖାଇବ, କେବେ ଖାଇବ, କିପରି ଖାଇବ, କେତେ ଖାଇବ ଏହା ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟି ନ ଦେଲେ ପେଟ ଖରାପ ହୋଇଯିବ, ଶରୀରକୁ ରୋଗ ଘେରି ଯିବେ, ବୀର୍ଯ୍ୟ ନାଶ ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ମିଳିଯିବ ଓ ନିଜକୁ ପତନ ରାସ୍ତାରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରିବ ନାହିଁ ।

ଭୋଜନ ପ୍ରେମ ପୂର୍ବକ, ଶାନ୍ତ ମନରେ, ପବିତ୍ର ସ୍ଥାନରେ ବସି କର । ଯେଉଁ ସମୟରେ ନାକର ଡାହାଣ ପୁଡାରେ ନିଶ୍ୱାସ (ସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ୱର) ଚାଲିଥାଏ ସେହି ସମୟରେ ଖାଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ହଜମ ହୋଇଯାଏ । କାରଣ ସେହି ସମୟରେ ଜଠରାଗ୍ନି ଅତି ପ୍ରବଳ ଥାଏ । ଭୋଜନ ସମୟରେ ଯଦି ଡାହାଣ ପୁଡାରେ ନିଶ୍ୱାସ ଚାଲୁ ହେଉ ନଥାଏ ତେବେ ଚାଲୁ କରିଦିଅ । ଏହାକୁ ଚାଲୁ କରିବାର ଉପାୟ ଏହିପରି– ବାମ କାଖରେ ନିଜ ଡାହାଣ ହାତ ମୁଠି ରଖି ଜୋର ଦବାଅ ବା ବାମ କଡ କରି ଶୋଇପଡ । କିଛି ସମୟ ପରେ ଡାହାଣ ପୁଡା ଅର୍ଥାତ ସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ୱରରେ ନିଶ୍ୱାସ ଚାଲିବା ଆରମ୍ଭ ହେବ ।

ରାତ୍ରିରେ ବାମ କଡ କରି ଶୋଇବା ଉଚିତ । ଦିନରେ ଶୋଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଯଦି ଶୋଇବା ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥାଏ ତେବେ ଡାହାଣ କଡ କରି ଶୋଇପାର ।

ଗୋଟିଏ କଥା ମନେ ରଖିବା ଉଚିତ, ଯଦି ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପିଇବା ପାଇଁ ଚାହୁଁଥାନ୍ତି ତେବେ ଚନ୍ଦ୍ର (ବାମ) ସ୍ୱର ଅର୍ଥାତ୍ ବାମ ପୁଡାରେ ନିଶ୍ୱାସ ଚାଲୁଥିବା ଉଚିତ । ଯଦି ସୂର୍ଯ୍ୟ (ଡାହାଣ) ସ୍ୱର ଚାଲୁଥାଏ ଏବଂ ଆପଣ ଦୁଧ, କଫି, ଚା, ପାଣି ବା ଯେକୌଣସି ପାନୀୟ ଗ୍ରହଣ କଲେ ତେବେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନାଶ ହେବ ହିଁ ହେବ । ଖବରଦାର ଯଦି ସୂର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱର ଚାଲୁ ଥାଏ ତେବେ କିଛି ପାନୀୟ ପଦାର୍ଥ ପିଅ ନାହିଁ । ଯଦି ପିଇବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ ତେବେ ଡାହାଣ ନାକ ପୁଡା ବନ୍ଦ କରି ବାମ ନାକ ପୁଡାରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେଇ ପିଇ ପାର ।

ରାତ୍ରିରେ ଭୋଜନ କମ୍ କର । ଭୋଜନ ହାଲୁକା-ସୁପାଚ୍ୟ ହେବା ଦରକାର । ବହୁତ ଗରମ ଏବଂ ଡେରିରେ ହଜମ ହେଉଥିବା ଗରିଷ୍ଠ ଭୋଜନ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଅଧିକ ସିଝିଥିବା, ତେଲଯୁକ୍ତ, ଲଙ୍କା, ମସଲାଯୁକ୍ତ, ଖଟାଯୁକ୍ତ ଭୋଜନ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନାଡିକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରିଥାଏ । ଅଧିକ ଗରମ ଖାଦ୍ୟ ଓ ଗରମ ଚା' ଦାନ୍ତକୁ ଦୁର୍ବଳ କରି ଦେଇଥାଏ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ମଧ ପତଳା କରିଦିଏ ।

ଭୋଜନ ଖୁବ୍ ଚୋବେଇ ଚୋବେଇ ଖାଅ । ଥକି ଯାଇଥିଲେ ତୁରନ୍ତ ଭୋଜନ କରନାହିଁ । ଭୋଜନ କରି ସାରିବା ପରେ ତୁରନ୍ତ ପରିଶ୍ରମ କରନାହିଁ ।

ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ପାଣି ପିଅ ନାହିଁ । ଭୋଜନ ମଝିରେ ତଥା ଅଧଘଣ୍ଟା, ଏକ ଘଣ୍ଟା ପରେ ପାଣି ପିଇବା ହିତକର ।

ରାତ୍ରିରେ ଯଦି ସମ୍ଭବ ଫଳାହାର କର । ଯଦି ଭୋଜନ କରିବାକୁ ପଡେ ତେବେ ଅଳ୍ପାହାର କର । ବିଳମ୍ବିତ ରାତିରେ ଭୋଜନ କରିବା ହିତକର ନୁହେଁ । କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଥିଲେ ୫୦ ଗ୍ରାମ ଲାଲ ଫିଟିକିରୀ ଲୁହା କଡେଇ (ତାଉଆ)ରେ ଭାଜି, ଗୁଣ୍ଡ କରି, କପଡାରେ ଛାଣି ବୋତଲରେ ଭରି ଦିଅ । ରାତ୍ରିରେ ୧୫ ଗ୍ରାମ ପାନମଧୁରୀ ଗୋଟିଏ ଗ୍ଲାସ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ଦିଅ । ସକାଳେ ପାନମଧୁରୀ ବାହାର କରି ଦେଇ ସେହି ପାଣିରେ ଦେଢ ଗ୍ରାମ ଫିଟିକିରୀ ପାଉଡର ମିଶେଇ ପିଇ ଦିଅ । ଏଥିରେ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଓ ଜ୍ୱର ଦୁର ହୋଇଯିବ । କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସବୁ ବେମାରୀର ମୂଳ ଅଟେ । ଏହାକୁ ଦୂର କରିବା ଦରକାର ।

ଭୋଜନରେ ପାଳଙ୍ଗ, ପୋଟଳ, ମେଥି, ବଥୁଆ, ଆଦି ସବୁଜ ପରିବା, ଦୁଧ, ଘିଅ, ଘୋଳଦହି, ଲହୁଣୀ, ପାଚିଲା ଫଳ ଖାଇବା ଉଚିତ । ଏହା ଜୀବନରେ ସାତ୍ତ୍ୱିକତା ବଢାଏ । କାମ, କ୍ରୋଧ, ମୋହ ଆଦି ବିକାର ଦୂର କରେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରସନ୍ନତା ଓ ଉତ୍ସାହ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ।

ରାତ୍ରିରେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଗରମ ଦୁଧ ପିଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ଏଥିରେ ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷ ହୋଇଥାଏ ।

କେବେ ବି ଝାଡା ପରିସ୍ରା ଲାଗୁଥିଲେ ଅଟକାଇ ରଖ ନାହିଁ । ଝାଡା ଅଟକାଇ ରଖିଲେ ଭିତର ନାଡି ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନାଶ କରିଥାଏ । ପେଟରେ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ହେବା କାରଣରୁ ଅଧିକାଂଶ ରାତ୍ରିରେ ବୀର୍ଯ୍ୟପାତ ହୋଇଥାଏ । ପେଟରେ ଅଟକି ଥିବା ମଳ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନାଡିମାନଙ୍କ ଉପରେ ଚାପ ପକାଇ ଥାଏ ଏବଂ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟର ଉଷ୍ଣତା କାରଣରୁ ନାଡିମାନଙ୍କରେ କମ୍ପନ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ବାହାରକୁ ଠେଲି ଦିଅନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ପେଟକୁ ସଫା ରଖ । ଏଥିପାଇଁ ବେଳେ ବେଳେ ତ୍ରିଫଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବା ସଂତ କୃପା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବା ଇସବଗୁଲ ପାଣି ସେବନ କର । ଅଧିକ ପିତା, ଖଟା, ଗରମ ମସଲା ଯୁକ୍ତ (ଚଟପଟି) ଏବଂ ବଜାରର ଶସ୍ତା ଔଷଧ ଉତ୍ତେଜକ ଅଟେ, ଏଥିରୁ ନିବୃତ୍ତ ରୁହ ।

କେବେ କେବେ ଉପବାସ କର । ପେଟକୁ ଆରାମ ଦେବାକୁ କେବେ କେବେ ଆହାର ନକରିବା ଭଲ ।

ଆହାରଂ ପଚତି ଶିଖୀ ଦୋଷାନ୍ ଆହାର ବର୍ଜିତଃ ।

ଅର୍ଥାତ୍ ପେଟରେ ଅଗ୍ନି ଆହାରକୁ ହଜମ କରାଏ ଏବଂ ଉପବାସ ପେଟ ଦୋଷକୁ ନଷ୍ଟ କରେ । ଉପବାସ ଦ୍ୱାରା ହଜମ ଶକ୍ତି ବଢେ ।

ଉପବାସ ନିଜ ଶକ୍ତି ଅନୁସାରେ କର । ଏପରି ନହେଉ କି ଗୋଟିଏ ଦିନ ଉପବାସ କରି ତା ପରଦିନ ମିଷ୍ଟାନ୍ନ-ଲଡୁ ଆଦି ପେଟପୁରା ଖାଇ ଉପବାସର ଓରମାନ ମେଣ୍ଟାଇବା । ବହୁତ ଅଧିକ ଭୋକିଲା ରହିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଅଧିକ ଖାଇବା ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ଉପବାସର ଠିକ୍ ଅର୍ଥ ହେଉଛି ବ୍ରହ୍ମ, ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ନିକଟରେ ରହିବା । ଉପ ଅର୍ଥ ସମୀପ ଏବଂ ବାସ ଅର୍ଥ ରହିବା । ନିରାହାର ରହିଲେ ଭଗବତ ଭଜନ ଏବଂ ଆତ୍ମଚିନ୍ତନ କରିବାରେ ମନ ନିବେଶ ହୁଏ । ବୃତ୍ତି ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ହେଲେ କାମ-ବିକାରକୁ ତୃପ୍ତି କରିବାର ସୁଯୋଗ ମିଳିବ ନାହିଁ ।

ମଦ୍ୟପାନ, ପିଆଜ, ରସୁଣ ଏବଂ ମାଂସାହାର ଏସବୁ ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ କରାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ତେଣୁ ଏଥିରୁ ନିବୃତ୍ତ ରୁହ ।

ଶିଶ୍ନେନ୍ଦ୍ରିୟ ସ୍ନାନ :

ଝାଡା ଯିବା ସମୟରେ ବା ପରିସ୍ରା କରିବା ସମୟରେ ସାଥିରେ ଗ୍ଲାସ କିମ୍ବା ଲୋଟାରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ନିଅ ଓ ଏଥିରେ ଶିଶ୍ନେନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ଧୋଇ ଦେବା ଉଚିତ । କେବେ କେବେ ଏହା ଉପରେ ପାଣି ଢାଳ ଏହାଦ୍ୱାରା କାମ ବୃତ୍ତି ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ସ୍ୱପ୍ନ ଦୋଷ ମଧ୍ୟ ଦୂର ହେବ ।

ଉଚିତ ଆସନ ଏବଂ ବ୍ୟାୟାମ କର :

ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ସୁସ୍ଥ ମନ ନିବାସ କରେ, ଇଂରାଜୀରେ କୁହାଯାଏ A healthy mind resides in a healthy bdy. ଯାହାର ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହେ ନାହିଁ, ତାର ମନ ଅଧିକ ବିକାରଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ସକାଳେ ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ ଏବଂ ଆସନ କରିବା ଅଭ୍ୟାସ କର, ପ୍ରାତଃ କାଳରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ୩/୪ ମିନିଟ ଦୌଡିଲେ ବା ଦ୍ରୁତ ପାଦରେ ଚାଲିଲେ ଭଲ ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ ହୋଇଯିବ ।

ତେରଟି ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର ବା ଅଧିକ କଲେ ବହୁତ ଭଲ ଫଳ ମିଳେ । ଏଥିରେ ଆସନ ଓ ବ୍ୟାୟାମ ଉଭୟର ସମାବେଶ ହୋଇଥାଏ । 'ବ୍ୟାୟାମ'ର ଅର୍ଥ ମହିଳିମାନ ପରି ମାଂସପେଶି ବଢ଼ାଇବା ନୁହେଁ । ଶରୀରକୁ ଯୋଗ୍ୟ କସରତ ମିଳିବା ସହିତ ନିରୋଗ ରଖିବା ଏହାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅଟେ ।

ବ୍ୟାୟାମ ଠାରୁ ଆସନ ଅଧିକ ଭଲ । ଆସନ ଶରୀରର ସବୁ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିକାଶ ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ-ସାଧନା ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପଯୋଗୀ ଅଟେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ସମସ୍ତ ନାଡ଼ି ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇ ସତ୍ୱଗୁଣ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗକୁ ପୁଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ଭିନ୍ନ-ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆସନ ଅଛି । କିନ୍ତୁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପାଦ ପଶ୍ଚିମୋତ୍ତାନାସନ, ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ, ମୟୂରାସନ, ସାମାନ୍ୟସାବଧାନତା ସହିତ ସମସ୍ତେ କରି ପାରିବେ । ଏଥି ମଧ୍ୟରୁ ପାଦପଶ୍ଚିମୋତ୍ତାନାସନ ବହୁତ ଉପଯୋଗୀ ଅଟେ । ଆଶ୍ରମକୁ ଆସୁଥିବା କିଛି ସାଧକଙ୍କର ଏହା ନିଜସ୍ୱ ଅନୁଭୂତି ।

କୌଣସି କୁଶଳୀ ମାର୍ଗଦର୍ଶକଙ୍କ ଠାରୁ ଏହି ଆସନଗୁଡ଼ିକ ଶିଖି ନିଅ ଏବଂ ପ୍ରାତଃ କାଳରେ ଖାଲି ପେଟରେ ଖୋଲା ଜାଗାରେ କର । ପାଇଖାନା, ଗାଧୁଆ ଏବଂ ବ୍ୟାୟାମ ଆଦି କରିବା ପରେ ଆସନ କରିବା ଉଚିତ ।

ସ୍ନାନ ପୂର୍ବରୁ ଶୁଖିଲା ତଉଲିଆ ବା ହାତରେ ସାରା ଶରୀରକୁ ଖୁବ୍ ରଗଡ଼ିବା ଦରକାର । ଏହି ପ୍ରକାର ଘର୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଏକ ପ୍ରକାର ବିଦ୍ୟୁତ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଯାହା ଶରୀରର ରୋଗ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ଶ୍ୱାସ ତୀବ୍ର ହେଲେ ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ଠିକ୍ ସଞ୍ଚାରଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗକୁ ଯାଇ ମଇଳା ବାହାର କରି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ଆଣିଥାଏ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ଥିବା ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁ ରକ୍ତକୁ ସଫା କରି ମଇଳାକୁ ନିଜ ସହିତ ବାହାରକୁ ନେଇ ଆସିଥାଏ । ଅବଶିଷ୍ଟ ମଇଳା ଝାଳ ଆକାରରେ ଲୋମ କୂପ ମାଧ୍ୟମରେ ପଦାକୁ ବାହାରି ଆସେ । ଏହି ପ୍ରକାର ଘର୍ଷଣ ପରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ ଅଟେ । କାରଣ ଝାଳ ଦ୍ୱାରା ବାହାରି ଆସିଥିବା ମଇଳା ଧୋଇ ହୋଇଯିବ, ଲୋମ କୂପ ପରିଷ୍କାର ହୋଇ ଖୋଲି ଯିବ ଏବଂ ଶରୀରରେ ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ଆସିଯିବ ।

ବ୍ରହ୍ମ ମୁହୂର୍ତ୍ତରୁ ଉଠ :

ଅଧିକାଂଶ ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷ ରାତ୍ରିର ଶେଷ ପ୍ରହରରେ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରାତଃ ଚାରିଟା କିମ୍ବା ସାଢ଼େ ଚାରିରୁ ବ୍ରହ୍ମ ମୁହୂର୍ତ୍ତରୁ ଶଯ୍ୟା ତ୍ୟାଗ କରିଦେବା ଉଚିତ । ଯେଉଁ ଲୋକ ଡେରି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶୋଇ ରହନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ ନିସ୍ତେଜ ହୋଇଯାଏ ।

ଦୁର୍ବ୍ୟସନ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହ :

ମଦ ଏବଂ ବିଡ଼ି-ସିଗାରେଟ ତମାଖୁ ସେବନ ମନୁଷ୍ୟଙ୍କର କାମ ବାସନାକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିଥାଏ ।

କୋରାନ ସରିଫରେ ଆଲ୍ଲାହପାକ ତ୍ରିକୋଳ ରୋଶଲର ସିପାରାରେ ଲେଖିଉନ୍ତି ଯେ, ଶୈତାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଏପରି ନିଶାଯୁକ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଉପଯୋଗ କରିଥାଏ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ପାଖରୁ ଆଲ୍ଲା ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତି, କାରଣ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ସବୁ ଶୈତାନର ଏବଂ ଶୈତାନ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ନର୍କକୁ ନେଇଯାଇଥାଏ ।

ନିଶା ଦ୍ରବ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଏବଂ ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ସହନ ଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯା

ଏବଂ ଆୟୁଷ ମଧ୍ୟ କମିଯାଏ । ଆମେରିକାର ଡାକ୍ତରମାନେ ଗବେଷଣା କରି ଜାଣିପାରିଛନ୍ତି ଯେ ନିଶା ସେବନ ଦ୍ୱାରା ବୀର୍ଯ୍ୟ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇ ପତଳା ଏବଂ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ ।

ସତ୍‌ସଙ୍ଗ କର :

ତୁମେ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ କରିବ ନାହିଁ ତ କୁସଙ୍ଗ ନିଶ୍ଚୟ ମିଳିବ । ଏଥିପାଇଁ ମନ, ବଚନ, କର୍ମରେ ସର୍ବଦା ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଗ୍ରହଣ କର । ଯେବେ ଯେବେ ଚିତ୍ତରେ ଖରାପ ଚିନ୍ତାଧାରା ଜମାଟ ବାନ୍ଧୁଛି ତୁରନ୍ତ ସେ ସ୍ଥାନ ତ୍ୟାଗ କରି ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ମିଳୁଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ଚାଲିଯାଅ ଯେଉଁଠାରେ ତୁମକୁ ସୁମିତ୍ର କିମ୍ବା ସତ୍ ପୁରୁଷ ମିଳିଯିବେ । ସେଠାରେ ତୁମର ଖରାପ ଚିନ୍ତାଧାରା ନଷ୍ଟ ହୋଇ ତନ-ମନ ପବିତ୍ର ହୋଇଯିବ । ଯଦି ତୁମେ ଏପରି ନ କର ତୁମର କୁ-ଚିନ୍ତା ତୁମକୁ ନଷ୍ଟ ନକରି ଛାଡିବ ନାହିଁ । କାରଣ ଯେଉଁ କୁ-ଚିନ୍ତା ମନ ଭିତରେ ଉଙ୍କି ମାରେ ତାହା ଶୀଘ୍ର ବା ବିଳମ୍ବରେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ କ୍ରିୟାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ପୁଣି ତୁମେ ପଶ୍ଚାତାପ କରିବ ହାୟ ! ଏ ମୁଁ କଣ କଲି ?

ପାଣିର ସ୍ୱାଭାବ ହେଲା ତାହା ନିମ୍ନଗାମୀ ହେବ । ଏହିପରି ମନର ସ୍ୱଭାବ ହେଲା ପତନମୁଖୀ ହେବା । ମନ ସବୁବେଳେ ଧୋକା ଦିଏ । ବିଷୟ-ବାସନା ଆଡକୁ ଆକର୍ଷିତ କରେ । କୁ-ସଙ୍ଗ ଆଡକୁ ଆକର୍ଷିତ କରେ । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ପତନର ରାସ୍ତା ମାତ୍ର । କୁ-ସଙ୍ଗରେ ଯେତେ ଆକର୍ଷଣ ଥାଉ ନା କାହିଁକି କିନ୍ତୁ...

ଜିସକେ ପିଛେ ହୋ ଗମ କି କତାରେଁ, ଭୂଲକର ଉସ ଖୁଶୀ ସେ ନ ଖେଲୋ ।

ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିତି ଯାଇଥିବା, ଜୀବନରେ ଯେତେ ପତନ ଘଟୁ ନା କାହିଁକି, ପୁଣି ସତ୍‌ସଙ୍ଗ କର, ତେବେ ଯାଇ ଉତ୍ଥାନର ସମ୍ଭାବନା ଅଛି । ବଡ ବଡ ଦୁର୍ଜନ ମଧ୍ୟ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ମାଧ୍ୟମରେ ସଜ୍ଜନ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି ।

ଶଠ ସୁଧରହିଂ ସତସଙ୍ଗତି ପାଇ

ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ନିଜ ପତନକୁ ଆମନ୍ତ୍ରିତ କରିବା ସହ ସମାନ । ଏଥିପାଇଁ ନିଜ ନେତ୍ର, କର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ତ୍ୱଚାକୁ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ରୂପୀ ଗଙ୍ଗାରେ ସ୍ନାନ କରାଅ, ଯେଉଁଥିରେ କାମ ବିକାର ତୁମ ଉପରେ ସବାର ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଶୁଭ ସଂକଳ୍ପ କର :

''ଆମେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କିପରି କରିବା ? ବଡ ବଡ ଋଷି-ମୁନି ମଧ୍ୟ ଏ ରାସ୍ତାରେ ଚାଲି ପାଦ ଖସାଇ ଦେଇଛନ୍ତି ।'' ଏ ପ୍ରକାରର ହୀନ ବିଚାରକୁ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେଇ ନିଜ ସଂକଳ୍ପ ବଳକୁ ଦୃଢ କରି ଆଗକୁ ବଢ । ଶୁଭ ସଂକଳ୍ପ କର । ଯେପରି ତୁମେ ଭାବିବ ସେପରି ତୁମେ ହୋଇଯିବ । ଏ ସାରା ସୃଷ୍ଟି ସଂକଳ୍ପମୟ ଅଟେ ।

ଦୃଢ ସଂକଳ୍ପ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ସହଜ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ସଂକଳ୍ପବଳ ବଢିଥାଏ । **''ବିଶ୍ୱାସୋ ଫଳ ଦାୟକଃ''** ଯେପରି ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ଯେପରି ଶ୍ରଦ୍ଧା ହେବ ସେପରି ଫଳ ପ୍ରାପ୍ତି ହେବ । ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନୀ ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଠାରେ ଏହି ସଂକଳ୍ପ ବଳ ଅସୀମ ଥାଏ । ବସ୍ତୁତଃ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ବଞ୍ଚି ଥାଉ ଥାଉ ଦେବତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ତ୍ରିବନ୍ଧଯୁକ୍ତ ପ୍ରାଣାୟାମ ଏବଂ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କର :

ତ୍ରିବନ୍ଧ କରି ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବିକାରୀ ଜୀବନ ସହଜ ଭାବରେ ନିର୍ବିକାର ଜୀବନରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ମୂଳ ବନ୍ଧ ଦ୍ୱାରା ବିକାର ଭାବରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଆସିଥାଏ । ଉଡ୍ଡିୟାନ ବନ୍ଧ ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟର ଅଭୂତପୂର୍ବ ଉନ୍ନତି ସାଧିତ ହୁଏ । ଜଳନ୍ଧର ବନ୍ଧ ଦ୍ୱାରା ବୁଦ୍ଧି ବିକଶିତ ହୁଏ ।

ଯଦି କୌଣସି ଅନୁଭବୀ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ସାନିଧ୍ୟରେ ଆସି ତ୍ରିବନ୍ଧ ପ୍ରାଣାୟାମ ଶିକ୍ଷା କରି ପ୍ରତିଦିନ ୧୨ଟି ପ୍ରାଣାୟାମ କରାଯାଏ ତେବେ ପ୍ରାଣାୟାମରୁ ପ୍ରତ୍ୟାହର ସିଦ୍ଧ ହେବ । ୧୨ ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଦ୍ୱାରା ଧାରଣା ସିଦ୍ଧ ହେବାକୁ ଲଗିବ । ଧାରଣା ଶକ୍ତି ବଢ଼ିଲେ ପ୍ରକୃତିର ରହସ୍ୟ ଖୋଲିଯିବ । ସ୍ୱଭାବରେ ମଧୁରତା, ବୁଦ୍ଧିରେ ବିଲକ୍ଷଣତା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ସୌରଭ ଆସିଯିବ । ୧୨ ଧାରଣା ସିଦ୍ଧ ହେଲା ପରେ ଧ୍ୟାନ ହେବା ଆରମ୍ଭ ହେବ, ସବିକଳ୍ପ ସମାଧି ଆରମ୍ଭ ହେବ । ସବିକଳ୍ପ ସମାଧିର ୧୨ ଗୁଣ ସମୟ ଅନୁଭବ କରିସାରିବା ପରେ ନିର୍ବିକଳ୍ପ ସମାଧି ଆସିଯିବ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ୬ ମାସ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପରେ ସାଧକ ସିଦ୍ଧ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରେ । ରିଦ୍ଧି-ସିଦ୍ଧି ତାହା ଆଗରେ ହାତ ଯୋଡି ଛିଡା ହେବେ । ଯକ୍ଷ, ଗନ୍ଧର୍ବ, କିନ୍ନର ତାର ସେବା କରିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିବେ । ଏହି ପବିତ୍ର ପୁରୁଷ ନିକଟରେ ସଂସାରୀ ମଣିଷ ନିଜର ମନକାମନା ପ୍ରକାଶ କରି ଉପକୃତ ହେବେ । ସାଧନା କରିବା ସମୟରେ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଏକାଗ୍ରତାରେ ଲଗାଅ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରୁଥିବା ସାଧକ, ପବିତ୍ର ଜୀବନ ନିର୍ବାହ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସଫଳ ହୋଇଥାଏ ।

ହେ ମିତ୍ର ! ବାରମ୍ବାର ଅସଫଳ ହେବାପରେ ମଧ୍ୟ ନିରାଶ ହୁଅନାହିଁ । ନିଜର ଅସଫଳତାକୁ ମନେ ପକାଇ ହାରି ଯାଇଥିବା ଜୁଆଡି ପରି ବାରମ୍ବାର ପତନମୁଖୀ ହୁଅ ନାହିଁ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପୁସ୍ତକକୁ ବାରମ୍ବାର ଅଧ୍ୟୟନ କର । ସକାଳେ ବିଛଣା ଛାଡିବା ସମୟରେ ବିଛଣା ଉପରେ ବସି ଦୃଢ଼ ଏବଂ ଦୃଢ଼ ଭାବନା କର—

''ମୋର ଜନ୍ମ ପ୍ରକୃତିର ଚାପୁଡା ଖାଇ ପଶୁମାନଙ୍କ ପରି ନଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ନୁହେଁ । ମୁଁ ଅବଶ୍ୟ ପୁରୁଷାର୍ଥ କରିବି । ଆଗକୁ ବଢ଼ିବି,

ହରି ଓଁ...... ଓଁ......ଓଁ......

ମୋ ଭିତରେ ପରମାତ୍ମାଙ୍କର ଅସରନ୍ତି ଶକ୍ତି ଅଛି । ହରି ଓଁ...... ଓଁ......ଓଁ ।

ତୁଚ୍ଛ ବିକାରୀ ଜୀବନ ଯାପନ କରୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ପ୍ରଭାବରୁ ମୁଁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରି ଆଗେଇ ଯିବି ।

ହରି ଓଁ....., ଓଁ......ଓଁ......

ଏହି ପ୍ରକାରର ସଂକଳ୍ପ ପ୍ରାତଃକାଳରେ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଧୀରେ ଧୀରେ ଚମତ୍କାରୀ ଲାଭ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ହେବ । ସର୍ବନିୟନ୍ତା ସର୍ବେଶ୍ୱରଙ୍କୁ ପ୍ରେମ କର, ପ୍ରାର୍ଥନା କର, ଭାବ-ବିହ୍ୱଳତାରେ ଆର୍ତ୍ତନାଦ କର । ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ ପରମାତ୍ମା ଆମକୁ ନିଶ୍ଚୟ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିବେ । ବଳ-ବୁଦ୍ଧି ବଢ଼ିବ । ସାଧକ ତୁଚ୍ଛ ବିକାରୀ ଜୀବନ ଉପରେ ଜୟଲାଭ କରି ପାରିବ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଅସୀମ ବଳ ତୁମ ସାଥିରେ ଅଛି । ନିରାଶ ହୁଅନାହିଁ

ଭାଇ ! ହତାଶ ହୁଅନାହିଁ । ବାରମ୍ବାର ତଳେ ଖସି ଯାଉଥିଲେ ମଧ ସଫଳତାର ସଂକଳ୍ପକୁ ଛାଡ ନା ଆଶା ଉତ୍ସାହକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରନାହିଁ ।

ସାବାସ୍ ବୀର... ! ସାହସ କର, ସାହସ କର । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସୁରକ୍ଷାର ଉପାୟକୁ ବାରମ୍ବା ଅଧ୍ୟୟନ କର । ସୂକ୍ଷ୍ମତା ସହିତ ବିଚାର କର । ଉନ୍ନତିର ପ୍ରତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ତୁମେ ଅଚିରେ ବିଜୟ କ କରିବ । କରିବ ନା ସାହସ ?

ଅତି ଖାଇବା, ଅତି ଶୋଇବା, ଅତି କହିବା, ଅତି ଯାତ୍ରା କରିବା, ଅତି ମୈଥୁନ କରିବା ନି ସୁପ୍ତ ଯୋଗ୍ୟତାକୁ ଧରାଶାୟୀ କରିଦିଏ । ଯେବେ କି ସଂଯମ ଏବଂ ପୁରୁଷାର୍ଥ ସୁପ୍ତ ଯୋଗ୍ୟତାଗୁଡ଼ି ଜାଗ୍ରତ କରି ଜଗଦୀଶ୍ୱରଙ୍କ ସହ ସାକ୍ଷାତକାର କରାଇଥାଏ ।

ନିମ୍ବ ଗଛ ଚାଲିଲା :

ଆମର ସଦ୍‌ଗୁରୁଦେବ ପରମ ପୂଜ୍ୟ ଲୀଳାଶାହାଜୀ ମହାରାଜଙ୍କ ଜୀବନର ଗୋଟିଏ ଘଟଣା କହୁଛି । ସିନ୍ଧୁ ପ୍ରଦେଶ ଠାରେ ସେତେବେଳେ କୌଣସି ଜମି ବିଷୟରେ ଦୁଇପକ୍ଷଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଝଗଡା ଚାଲିଥିଲା । ହିନ୍ଦୁ ଏବଂ ମୁସଲମାନ କୋର୍ଟ-କଚେରୀରେ ଧକ୍କା ଖାଇ ଖାଇ ଥକି ଯାଇଥିଲେ । ଶେଷରେ ଦୁଇପକ୍ଷ ଚିନ୍ତା କଲେ କି ଏହା ଧାର୍ମିକ ସ୍ଥାନ ଅଟେ । ତୁମର ଏବଂ ଆମର ଧର୍ମର ବଡ ବଡ ସାଧୁ ଏକାଠି ହୁଅନ୍ତୁ । ଯେଉଁ ସାଧୁଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ଅଧିକ ହେବ, ଯେଉଁ ପକ୍ଷର କୌଣସି ପୀର ଫକୀର ଏହି ସ୍ଥାନରେ ନିଜର କୌଣସି ବିଶେଷ ତେଜ ବଳ ବା ଚମତ୍କାରିତା ଦେଖାଇ ଦେବେ, ଏହି ଜମି ସେହି ପକ୍ଷର ହୋଇଯିବ । ଏହି ଜମି ଉପରେ ଏକ ନିମ୍ବ ଗଛ ଥିଲା, ଯାହାକି ଜମିର ସୀମା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରୁଥିଲା ।

ଲୀଳାଶାହାଜୀଙ୍କ ନାମ ପ୍ରଥମେ ଲୀଳାରାମ ଥିଲା । ଲୋକମାନେ ପୂଜ୍ୟ ଲୀଳାରାମ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଏବଂ କହିଲେ, "ଆପଣ ତ ଆପର ଏକମାତ୍ର ସନ୍ଥ ଅଟନ୍ତି । ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଯାହା କରିବାର ଥିଲା ଆମେ କଲୁ, କିନ୍ତୁ ଅସଫଳ ହେଲୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସମଗ୍ର ହିନ୍ଦୁ ସମାଜର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଆପଣଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

ଇନ୍‌ସାଁ କି ଅକ୍କ ସେ ଜବ ଦୂର କିନାରା ହୋତା ହୈ ।
ତୁଫାଁ ମେଁ ଟୁଟି କିଶ୍‌ତୀ କା ଏକ ଭଗବାନ ସହାରା ହୋତା ହୈ ।।

ସନ୍ତ କୁହ ବା ଭଗବାନ, ଆପଣ ଆମର ରକ୍ଷାକରୀ, ଆପଣ କିଛି କରନ୍ତୁ । ଏ ଧର୍ମସ୍ଥାନ ହିନ୍ଦୁଙ୍କର ହେଉ ।

ସନ୍ଥମାନେ ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରସନ୍ନ ସ୍ୱଭାବର ଅଟନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ଅହଂକାର ନେଇ ସନ୍ଥମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଆନ୍ତି, ସେମାନେ ଖାଲି ହାତରେ ଫେରନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ବିନମ୍ରତା ସହକାରେ ଶରଣାଗତି ଭାବନାରେ ସନ୍ଥଙ୍କ ସମ୍ମୁଖକୁ ଯାଆନ୍ତି, ସେମାନେ କିଛି ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ବିନମ୍ର ଶ୍ରଦ୍ଧାଯୁକ୍ତ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ସନ୍ଥଙ୍କ କରୁଣା କିଛି ଦେବାକୁ ଉଚ୍ଛୁଳି ପଡେ । ପୂଜ୍ୟ ଲୀଳାରାମଜୀ ସେମାନଙ୍କର କଥା ମାନି ସେହି ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ସେହି ଭୂମି ଉପରେ ଦୁଇ ଆଣ୍ଠୁ ମଧ୍ୟରେ ମୁଣ୍ଡ ରଖି ଶାନ୍ତ ଭାବରେ ବସି ପଡିଲେ ।

ବିପକ୍ଷ ଲୋକମାନେ ତାଙ୍କୁ ଏହିପରି ସରଳ ଓ ସହଜ ଅବସ୍ଥାରେ ବସିବା ଦେଖି ଭାବି ନେଲେ ଯେ ଏମାନେ ବୃଥାରେ ଏ ସାଧୁଙ୍କୁ ଏଠାକୁ ଆଣିଛନ୍ତି । ଏ ସାଧୁ କ'ଣ କରିବେ ? ଆମର ବିଜୟ ନିଶ୍ଚିତ ।

ପ୍ରଥମେ ମୁସଲମାନ ମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ଆମନ୍ତ୍ରିତ ପୀର-ଫକୀରମାନେ ଯାଦୁ-ମନ୍ତ୍ର ଆଦି ଆରମ୍ଭ କଲେ । ''ଅଲା ବାନ୍ଧୁ ବଲା ବାନ୍ଧୁ ...ପୃଥ୍ୱୀ ବାନ୍ଧୁ...ତେଜ ବାନ୍ଧୁ...ବାୟୁ ବାନ୍ଧୁ...ଆକାଶ ବାନ୍ଧୁ...ଫୁଉଉ...'' ଆଦି କଲେ । ତାପରେ ପୂଜ୍ୟ ଲୀଲାରାମଜୀଙ୍କ ପାଳି ପଡିଲା ।

ପୂଜ୍ୟ ଲୀଲାରାମଜୀ ବାହାରକୁ ସିନା ସାଧାରଣ ଜଣା ପଡୁଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଭିତରେ ତ ଆତ୍ମାନନ୍ଦ ଖେଳୁଥିଲା । ''ପୃଥ୍ୱୀ, ଆକାଶ କ'ଣ ସମଗ୍ର ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ମୁଁ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ... । ମୋ ସତ୍ତା ବିନା ଏକ ପତ୍ର ମଧ୍ୟ ହଲିପାରେ ନାହିଁ... । ଏ ଚନ୍ଦ୍ର, ତାରାମାନେ ସମସ୍ତେ ମୋର ଆଜ୍ଞାରେ ଆତଯାତ ହେଉଛନ୍ତି... ମୁଁ ମଧ୍ୟ ସବୁଥିରେ ବିଦ୍ୟମାନ ହୋଇ ବିଭିନ୍ନ ରୂପରେ ବିଳାସ କରୁଛି... ।'' ଏପରି ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦରେ ବୁଡିରହି ସେ ବସିଥିଲେ । ଏପରି ଆତ୍ମମସ୍ତିରେ ବସିଥିବା ଯୋଗୀ ବାହାରକୁ କାଙ୍ଗାଳ ପରି ଦିଶୁଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଯେତେବେଳେ ଯାହା କହି ଦିଅନ୍ତି, ତାହା ହେବାକୁ କିଏ ରୋକି ପାରିବ ?

ବଶିଷ୍ଠଜୀ କହନ୍ତି— ''ହେ ରାମ ! ତ୍ରିଲୋକରେ ଏପରି କିଏ ଅଛି, ଯେ ସନ୍ଥଙ୍କ ଆଜ୍ଞାକୁ ଟାଳି ଦେଇପାରେ ?''

ଯେବେ ଲୋକମାନେ ପୂଜ୍ୟ ଲୀଲାରାମଜୀଙ୍କୁ ଆଗ୍ରହର ସହିତ କିଛି କରିବା ପାଇଁ କହିଲେ, ସେ ନିଜର ମୁଣ୍ଡକୁ ଧୀରେ ଉଠାଇ ଚାହିଁଲେ । ସମ୍ମୁଖରେ ନିମ୍ବଗଛ ଛିଡା ହୋଇଥିଲା । ତା ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟି ନିକ୍ଷେପ କରି ଗର୍ଜନ ସ୍ୱରରେ ଆଦେଶ ଦେଲେ :

''ଏ ନିମ୍ବ ! ଏଠାରେ କ'ଣ ଛିଡା ହୋଇଛୁ ? ଯା ସେଠାରେ ଘୁଞ୍ଚି କରି ଛିଡା ହୁଅ ।''

ବାସ୍, ସେ ଏତିକି କହିବା କ୍ଷଣି, ନିମ୍ବ ଗଛ ''ସରର.....'' ଶବ୍ଦ କରି କିଛି ଦୂରକୁ ଚାଲିଯାଇ ପୂର୍ବପରି ଛିଡା ହୋଇ ରହିଗଲା । ଲୋକମାନେ ଏହା ଦେଖି ହତବାକ୍ ହୋଇଗଲେ । ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତି ଏପରି ଚମତ୍କାର କେହି ଦେଖାଇ ପାରିନାହିଁ । ଏବେ ବିପକ୍ଷ ଲୋକମାନେ ତାଙ୍କ ପାଦ ତଳେ ପଡିଗଲେ । ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ବୁଝିଗଲେ ଯେ ଏ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଜଣେ ସାଧୁ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି । ସେମାନେ କହିଲେ ''ଏ ଆପଣମାନଙ୍କର କେବଳ ସନ୍ଥ ନୁହଁନ୍ତି, ଆପଣଙ୍କର ଏବଂ ଆମର ପୀର ଅଟନ୍ତି । ଏବେଠାରୁ ସେ ଲୀଲାରାମ ନୁହଁନ୍ତି ଲୀଲାଶାହ ଅଟନ୍ତି ।'' ସେବେଠାରୁ ତାଙ୍କୁ ଲୋକମାନେ ଲୀଲାରାମ ବୋଲି ନ କହି 'ଲୀଲାଶାହ' ବୋଲି ସମ୍ବୋଧନ କଲେ । ଏହିପରି ବହୁତ ଚମତ୍କାର କାର୍ଯ୍ୟମାନ ଲୋକମାନେ ତାଙ୍କ ଜୀବନରେ ଦେଖିଛନ୍ତି ।

ସେ ୯୩ ବର୍ଷ ବୟସରେ ବ୍ରହ୍ମଲୀନ ହୋଇଗଲେ । ଏତେ ବୟସରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ଦାନ୍ତ ଅକ୍ଷତ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିଲା, ବାଣୀରେ ତେଜ ଏବଂ ଶକ୍ତି ଥିଲା, ନିୟମିତ ଭାବରେ ଆସନ ଏବଂ ପ୍ରାଣାୟାମ କରୁଥିଲେ । ଆଜନ୍ମ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ଥିଲେ । ମାଇଲ ମାଇଲ ପାଦରେ ଯାତ୍ରା କରୁଥିଲେ । ତାଙ୍କର କୃପା ପ୍ରସାଦ ପାଇ କେତେକ ପୁତ୍ରହୀନ ପୁତ୍ର ଲାଭ କରିଛନ୍ତି, ଗରିବ ଧନୀ ହୋଇଛି । ନିରସ ଜୀବନ ସରସ ହୋଇଛି ଏବଂ ଭଗବତ୍ ଜିଜ୍ଞାସୁମାନଙ୍କୁ ସାଧନା ମାର୍ଗ ମିଳିଛି । ଆହୁରି କେତେ କେତେ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛି । ଯଦି କହି ଚାଲିବି ତ ବିଷୟାନ୍ତର ହେବ । ସମୟ ମଧ୍ୟ କମ୍ ଅଛି । ମୋର କହିବା କଥା ଯେ, ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଏତେ ଚମତ୍କାରିତା ହୋଇ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ମହାନତା ଚମତ୍କାର ମଧ୍ୟରେ ନିହିତ ହୋଇନାହିଁ । ତାଙ୍କର ମହାନତା ତାଙ୍କର ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠାରେ ଥିଲା ।

ଛୋଟିଆ ଛୋଟିଆ ଚମତ୍କାରିତା ଟିକିଏ ଟିକିଏ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଯେ କେହି କହିପାରେ, କିନ୍ତୁ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠା ଅନ୍ୟ ଏକ ଜିନିଷ । ଏହା ତ ସବୁ ସାଧନାର ଅନ୍ତିମ ସଫଳତା । ଏପରି ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ହେବା ତ ବାସ୍ତବିକ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ । ମୁଁ ପ୍ରଥମରୁ କହିଛି କେବଳ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ । ତାହା ତ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ସାଧନା ମାତ୍ର । ଯଦି ଶରୀର ଦ୍ୱାରା ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା ହୋଇ ମନ-ବୁଦ୍ଧିରେ ବିଷୟ-ବାସନା ଚିନ୍ତା ଚାଲିଲା, ତେବେ ନିଷ୍ଠା କିପରି ହୋଇପାରିବ ? ତଥାପି ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦର ଦ୍ୱାର ଶୀଘ୍ର ଖୋଲିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା ସହିତ କେହି ସମର୍ଥ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ଗୁରୁ ମିଳିଯାଏ ତେବେ ଜଗତର ଆଉ କୌଣସି ଜିନିଷ କରିବା ବାକି ରହେ ନାହିଁ । ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଆଉ ପରିଶ୍ରମ ଦରକାର ପଡେ ନାହିଁ । ଏହା ସ୍ୱତଃ ହୋଇଯାଏ । ସାଧକ ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ପୁଣି ତ ତାର ଦୃଷ୍ଟି ମାତ୍ରେ କାମୁକ ମଧ୍ୟ ସଂଯମୀ ହୋଇଯାଏ ।

ସନ୍ଥ ଜ୍ଞାନେଶ୍ୱର ଯେଉଁ ଚଉତରା ଉପରେ ବସୁଥିଲେ, ତାକୁ କହିଲେ ''ଚାଲ'', ଚଉତାର ଚଲିବାକୁ ଲାଗିଲା । ଏହିପରି ପୂଜ୍ୟପାଦ ଲୀଲାଶାହଜୀ ନିମ୍ବ ଗଛକୁ କହିଲେ ''ଚାଲ'' ନିମ୍ବ ଚାଲିଲା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଜାଗାରେ ଯାଇ ଛିଡା ହୋଇଗଲା । ଏସବୁ ସଂକଳ୍ପ ବଳର ଚମତ୍କାର । ଏହି ସଂକଳ୍ପ ବଳକୁ ଆପଣମାନେ ମଧ୍ୟ ବଢାଇ ପାରିବେ ।

ବିବେକାନନ୍ଦ କହୁଥିଲେ ଭାରତୀୟ ଲୋକମାନେ ନିଜ ସଂକଳ୍ପ ବଳକୁ ଭୁଲି ଗଲେଣି । ଏଥିପାଇଁ ପରାଧୀନତାର ଦୁଃଖ ଭୋଗୁଛନ୍ତି । ''ଆମେ କ'ଣ କରି ପାରିବା ?...'' ଏହିପରି ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ସଂକଳ୍ପହୀନ ହୋଇଗଲେ କିନ୍ତୁ ଇଂରେଜ ଛୁଆ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ ବଡ ଉତ୍ସାହବାନ ଭାବିଥାଏ ଓ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ସେ ଏପରି ବିଚାର କରିଥାଏ ''ମୁଁ ଇଂରେଜ୍ ଅଟେ । ଜଗତର ବହୁତ ଅଂଶରେ ଆମ ଜାତିର ଶାସନ ଚାଲିଛି । ଏପରି ଗୌରବମୟ ଜାତିର ଅଂଗ ହୋଇ ମୋତେ କିଏ ସଫଳତା ପ୍ରାପ୍ତିରୁ ରୋକି ପାରିବ ? ମୁଁ କ'ଣ କରି ନପାରିବି ?'' ବାସ । ଏହି ବିଚାର ତାକୁ ସଫଳତା ଆଣି ଦେଇଥାଏ ।

ଯଦି ଇଂରେଜ ଛୁଆ ନିଜ ଜାତିର ଗୌରବ ସ୍ମରଣ କରି ଦୃଢ ସଂକଳ୍ପବାନ ହୋଇପାରେ, ତେବେ ଆପଣ କାହିଁକି ହୋଇ ନ ପାରିବେ ?

''ମୁଁ ଋଷି-ମୁନିମାନଙ୍କର ସନ୍ତାନ । ଭୀଷ୍ମ ପରି ଦୃଢପ୍ରତିଜ୍ଞ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପରମ୍ପରାରେ ମୋର ଜନ୍ମ । ଗଙ୍ଗାଙ୍କୁ ପୃଥିବୀକୁ ଆଣିଥିବା ଭଗୀରଥ ପରି ଦୃଢ ନିଶ୍ଚୟୀଙ୍କର ରକ୍ତ ମୋ ଦେହରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି । ସମୁଦ୍ରକୁ ପିଇ ଯାଇଥିବା ଅଗସ୍ତ୍ୟ ଋଷିଙ୍କର ମୁଁ ବଂଶଧର । ଶ୍ରୀରାମ ଏବଂ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଅବତାର ଭୂମି ଉପରେ, ଯେଉଁଠି ଦେବତାମାନେ ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମ ନେବା ପାଇଁ ବ୍ୟଗ୍ର ସେଠାରେ ମୋର ଜନ୍ମ ହୋଇଛି । ତେବେ ମୁଁ ଦୀନ-ହୀନ କାହିଁକି ? ମୁଁ ଯାହା ଚାହିଁବି ତାହା କରିପାରିବି । ଆତ୍ମାର ଅମରତା, ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ, ପରମ ନିର୍ଭୟତାର ସନ୍ଦେଶ ସାରା ସଂସାରକୁ ଯେଉଁ ଋଷିମାନେ ଦେଇଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ବଂଶଜ ହୋଇ ମୁଁ ଦୀନ-ହୀନ ହୋଇପାରିବି ନାହିଁ । ମୁଁ ମୋ ରକ୍ତକୁ ନିର୍ଭୟତାର ସଂସ୍କାର ଦ୍ୱାରା ଜାଗ୍ରତ କରିବି । ମୁଁ ବୀର୍ଯ୍ୟବାନ ହେବି ।'' ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାରତୀୟ ବାଳକ ଏମିତି ଦୃଢ ସଂକଳ୍ପ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

ସ୍ତ୍ରୀ ଜାତି ପ୍ରତି ମାତୃଭାବ ପ୍ରବଳ କର :

ରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ କହୁଥିଲେ "କୌଣସି ସୁନ୍ଦରୀ ସ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ପଡିଗଲେ ତାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମା ଜଗଦମ୍ବାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କର । ଏପରି ବିଚାର କର ଯେ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଏ ସ୍ତ୍ରୀ ଦେବୀ ଜଗଦମ୍ବା ହିଁ ଅଟନ୍ତି, ତେଣୁ କରି ତ ସେ ଏତେ ସୁନ୍ଦରୀ ହୋଇଛନ୍ତି । ମା' ମୋ ଉପରେ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ଏହି ରୂପରେ ମୋତେ ଦର୍ଶନ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏପରି ଭାବି ସେହି ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ମନେ ମନେ ପ୍ରଣାମ କର । ଏହାଦ୍ୱାରା ତୁମ ଭିତରେ କାମ-ବିକାର ରହିବ ନାହିଁ ।"

ମାତୃବତ୍ ପରଦାରେଷୁ ପରଦ୍ରବ୍ୟେଷୁ ଲୋଷ୍ଟବତ୍ ।

ପର ସ୍ତ୍ରୀକୁ ମାତା ସମାନ ଏବଂ ପର ଧନକୁ ମାଟି ଢେଲା ସମାନ ଚିନ୍ତା କର ।

ଶିବାଜୀଙ୍କ ପ୍ରସଙ୍ଗ :

ଶିବାଜୀଙ୍କ ପାଖକୁ କଲ୍ୟାଣର ସୁବେଦାରଙ୍କର ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଅଣା ଯାଇଥିଲା । ସେତେବେଳେ ସେ ଏହି ଆଦର୍ଶ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥିଲେ । ସେ ସେହି ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ "ମାଆ" କହି ସମ୍ବୋଧନ କରିଥିଲେ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଉପହାର ଦେଇ ସମ୍ମାନ ସହିତ ସେମାନଙ୍କ ଘରକୁ ପଠାଇ ଦେଇଥିଲେ । ଶିବାଜୀ ସମର୍ଥ ଗୁରୁ ରାମଦାସଙ୍କର ଶିଷ୍ୟ ଥିଲେ ।

ଅର୍ଜୁନ ଏବଂ ଉର୍ବଶୀଙ୍କ ପ୍ରସଙ୍ଗ :

ଅର୍ଜୁନ ସଂଯମୀ ଓ ବହୁଗୁଣ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା କାରଣରୁ ସେ ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱର୍ଗକୁ ଗଲେ ଇନ୍ଦ୍ର ସଭାରେ ତାଙ୍କୁ ବହୁତ ସମ୍ମାନ କରାଗଲା । ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ କରିବା ପାଇଁ ଉର୍ବଶୀ, ମେନକା, ରମ୍ଭା ଆଦି ଅପ୍ସରାମାନେ ନୃତ୍ୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ କଲେ ।

ଉର୍ବଶୀ ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ରୂପ-ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟରେ ମୋହିତ ହୋଇଗଲେ । ଏଥିପାଇଁ ରାତ୍ରିରେ ସେ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ଅନୁମତି ନେଇ ଶୃଙ୍ଗାର କରି ଅର୍ଜୁନଙ୍କର ନିବାସ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚି ଗଲେ । ରାତ୍ରି ସମୟରେ ଉର୍ବଶୀଙ୍କୁ ନିଜ ନିବାସକୁ ଏକୁଟିଆ ଆସିବା ଦେଖି ଅର୍ଜୁନ ଚମକି ଉଠିଲେ । ଏପରି ସୁଯୋଗ ପାଇ ମଧ୍ୟ ସେ ଖୁସି ହେଲେ ନାହିଁ । ସେ ଦ୍ୱନ୍ଦରେ ପଡିଗଲେ ଏବଂ ବଡ ଆଦରର ସହିତ କହିଲେ, "ଦେବୀ ! ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅପ୍ସରାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ତୁମର ସ୍ଥାନ ବହୁତ ଉଚ୍ଚରେ । ମୁଁ ତୁମକୁ ପ୍ରଣାମ କରୁଛି । କୁହ ମୋ ପାଇଁ କ'ଣ ଆଜ୍ଞା ଅଛି ।"

ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ଏହି କଥା ଶୁଣି କାମିନୀ ଉର୍ବଶୀଙ୍କ ହୋଶ୍ ଉଡିଗଲା । ସେ ନିଜକୁ ସମ୍ଭାଳି କହିଲେ —

"ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ! ତୁମର ଗୁଣ ଏବଂ ରୂପ-ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ମୋତେ ତୁମ ଆଡକୁ ଟାଣି ଆଣିଛି । ମୁଁ ତ ପ୍ରଥମରୁ ତୁମ ପ୍ରତି ମୁଗ୍ଧ ଥିଲି । ପୁଣି ତୁମର ପିତା ଇନ୍ଦ୍ର ଏବଂ ଚିତ୍ରାସନଙ୍କର ଆଜ୍ଞା ପ୍ରାପ୍ତ କରିଅଛି । ମୁଁ କାମଦେବଙ୍କର ବଶ ହୋଇ ତୁମର ସେବା କରିବା ପାଇଁ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଛି । ମୋର ମନୋରଥ ପୂରଣ କର ।"

ଉର୍ବଶୀଙ୍କ ଏହି କଥା ଶୁଣି ଅର୍ଜୁନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲଜ୍ଜିତ ହୋଇଗଲେ ଏବଂ ଦୁଇ ହାତରେ ଦୁଇ କାନକୁ ବନ୍ଦ କରି କହିଲେ, "ସୌଭାଗ୍ୟଶାଳିନୀ ! ତୁମେ ଯେଉଁ କଥା କହୁଛ ତାହା ଶୁଣିବା ମଧ୍ୟ ମୋ ପାଇଁ ଦୁଃଖଦାୟକ । ତୁମେ ହିଁ ମୋର ପୁରୁବଂଶର ଜନନୀ । ଏହା ମନେ ପଡିବା ଯୋଗୁଁ ଇନ୍ଦ୍ର ସଭାରେ

ମୋର ଆଖି ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥିଲା, ଏହି ପୁଣ୍ୟଭାବ ନେଇ ମୁଁ ତୁମକୁ ସେଠାରେ ଅନିମେଷ ନୟନ ଯୁଗଳରେ ଚାହିଁ ରହିଥିଲି । ମୋ ବିଷୟରେ ତୁମେ ଅନ୍ୟକିଛି ଚିନ୍ତା କରନାହିଁ ।''

ଅର୍ଜୁନ ଏପରି କହିବା ପରେ ମଧ ଉର୍ବଶୀ ମାନିଲେ ନାହିଁ ପୁଣି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରି କହିଲେ ''ଦେବରାଜ ନନ୍ଦନ ! ଆମ ଅପ୍‌ସରାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଲାଗୁ ହୁଏନାହିଁ । ପୁରୁବଂଶର କେତେ ନାତି-ଅଣନାତି ତପସ୍ୟା କରି ଏଠାକୁ ଆସିଛନ୍ତି ଏବଂ ଆମମାନଙ୍କ ସହିତ ରମଣ କରିଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଅପରାଧୀ ବୋଲି ଧରାଯାଏ ନାହିଁ । ଏଣୁ ତୁମେ ମୋତେ ତ୍ୟାଗ କର ନାହିଁ ।''

ଏହାପରେ ମଧ୍ୟ ଅର୍ଜୁନ ବିଚଳିତ ହେଲେ ନାହିଁ ଏବଂ ନିଜ ଦୃଢ଼ତାରେ ଅଟଳ ରହି କହିଲେ –

''ଉର୍ବଶୀ ! ମୁଁ ତୁମକୁ ଯାହା କହୁଛି ସେହି ସତ୍ୟ ବଚନ ଶୁଣ, ହେ ଦଶଦିଗପାଳ ତଥା ଅଧିଷ୍ଠାତ୍ରୀ ଦେବୀମାନେ ମଧ ଶୁଣ । ହେ ଅନେଧ ! ମୋ ଦୃଷ୍ଟିରେ କୁନ୍ତୀ, ମାଦ୍ରୀ ଏବଂ ଶଚୀଙ୍କୁ ମୁଁ ଯେଉଁ ସ୍ଥାନ ଦେଇଛି, ସେହି ସ୍ଥାନ ତୁମକୁ ମଧ ଦେଇଛି ।

ଗଚ୍ଛ ମୂର୍ଦ୍ଧ୍ନା ପ୍ରପନ୍ନୋଽସ୍ମି ପାଦୌ ତେ ବରବର୍ଣ୍ଣିନୀ ।

ତ୍ୱଂ ହି ମେ ମାତୃବତ୍ ପୂଜ୍ୟା ରକ୍ଷ୍ୟୋଽହଂ ପୁତ୍ରବତ୍ ତ୍ୱୟା ।।

(ମହାଭାରତ ବନପର୍ବାଣି ଇନ୍ଦ୍ରଲୋକାଭିଗମନ ପର୍ବ ୪୬.୪୭)

''ମୁଁ ତୁମ ଚରଣରେ ମସ୍ତକ ରଖି କହୁଛି ତୁମେ ମୋ ପାଇଁ ମାତା ପରି ପୂଜ୍ୟ । ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ମୋତେ ପୁତ୍ର ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରି ଅନ୍ୟ କିଛି ଦୁରାଗ୍ରହ ପୋଷଣ ନକରି ମୋତେ ରକ୍ଷା କର, ତୁମେ ଫେରିଯାଅ ।''

କାମନା ପୂର୍ତ୍ତି ନହେଲେ କ୍ରୋଧ ଆସିଥାଏ ।

କାମାତ୍‌କ୍ରୋଧୋଽଭିଜାୟତେ । *(ଗୀତା)*

ଅର୍ଜୁନ ପ୍ରେମ ନିବେଦନ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବାରୁ କାମ ବ୍ୟାକୁଳିତ ଉର୍ବଶୀ କ୍ରୋଧିତ ହୋଇ ଉଠିଲେ । ସେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଅଭିଶାପ ଦେଇ କହିଲେ—

''ତୁମେ ମୋର ଇଚ୍ଛା ପୂରଣ କଲ ନାହିଁ, ଏଥିପାଇଁ ତୁମକୁ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ଗୋଟିଏ ବର୍ଷ ନର୍ତ୍ତକ ହୋଇ ରହିବାକୁ ପଡିବ । ତୁମକୁ ସମସ୍ତେ ନଂପୁସକ କହିବେ ଏବଂ ତୁମର ସମସ୍ତ ଆଚାର ବ୍ୟବହାର ହିଂଜଡା ପରି ହୋଇଯିବ ।''

ଅର୍ଜୁନ ଉର୍ବଶୀ ଦ୍ୱାରା ଶାପଗ୍ରସ୍ତ ହେବାକୁ ସ୍ୱୀକାର କଲେ, କିନ୍ତୁ ସଂଯମ ନଷ୍ଟ କଲେ ନାହିଁ । ଯେ ନିଜ ଆଦର୍ଶରୁ ଚ୍ୟୁତ ହୁଏ ନାହିଁ, ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ସହନଶୀଳତାକୁ ନିଜ ଚରିତ୍ରର ଭୂଷଣ କରେ ତା ପାଇଁ ଅଭିଶାପ ମଧ ବରଦାନ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ପାଇଁ ମଧ ତାହା ହିଁ ହେଲା ।

ଯେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ସାରା ଘଟଣାର ଖବର ମିଳିଲା ସେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଡାକି କହିଲେ—

''ଅର୍ଜୁନ ! ତୁମ ପରି ପୁତ୍ର ପାଇ କୁନ୍ତୀ ବାସ୍ତବରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜନନୀ ଅଟନ୍ତି । ତୁମେ ନିଜ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମ ଦ୍ୱାରା ଋଷିମାନଙ୍କୁ ମଧ ପରାଜିତ କରିଦେଇଛ । ଉର୍ବଶୀର ଅଭିଶାପ ମଧ୍ୟ ତୁମ ପାଇଁ ବରଦାନ ହୋଇଯିବ । ପୃଥିବୀ ବକ୍ଷରେ ବନବାସ କରିବା ସମୟରେ ତେରବର୍ଷ ବେଳକୁ ଅଜ୍ଞାତବାସ କରିବାକୁ

ପଡିବ । ସେହି ସମୟରେ ଏହି ଅଭିଶାପ ସହାୟକ ହେବ । ତାପରେ ତୁମେ ନିଜର ପୌରୁଷତ୍ୱ ଫେରି ପାଇବ ।''

ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ କଥାନୁସାରେ ଅଜ୍ଞାତବାସ ସମୟରେ ଅର୍ଜୁନ ବିରାଟ ରାଜମହଲରେ ନର୍ତ୍ତକ ସାଜି ବିରାଟ ରାଜକନ୍ୟାକୁ ସଙ୍ଗୀତ ଏବଂ ନୃତ୍ୟ ବିଦ୍ୟା ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥିଲେ ଏବଂ ଏହି ପ୍ରକାର ଅଭିଶାପ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ।

ମହାଭାରତ ରଚୟିତା କହନ୍ତି ଅର୍ଜୁନ-ଉର୍ବଶୀଙ୍କ ଏହି ପ୍ରେରଣାଦାୟୀ ଚରିତ୍ର ଆଖ୍ୟାନକୁ ଯିଏ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଶ୍ରବଣ, ମନନ କରିବ, ସେ ପାପ-ପୁଣ୍ୟ ବିଷୟ-ଭୋଗ ଠାରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ ହୋଇଯିବ ।

ପର ସ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତି ମାତୃ ଭାବର ଏହା ସୁନ୍ଦର ଉଦାହରଣ । ଏହିପରି ହିଁ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ରାମାୟଣରେ ମିଳେ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଛୋଟ ଭାଇ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ଯେତେବେଳେ ସୀତାଙ୍କ ଗହଣା ଚିହ୍ନିବାକୁ କୁହାଗଲା ସେତେବେଳେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ କହିଥିଲେ, ''ହେ ଭାଇ ! ମୁଁ ତ ସୀତାଙ୍କ ପାଦର ଗହଣା ଏବଂ ନୁପୂରକୁ କେବଳ ଚିହ୍ନି ପାରିବି, ଯେଉଁଗୁଡିକ ପ୍ରତ୍ୟହ ତାଙ୍କ ଚରଣ ବନ୍ଦନା ସମୟରେ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୁଏ । ଗଳାର ହାର କୁଣ୍ଡଳ ଆଦି ଅନ୍ୟ ଗହଣାଗୁଡିକୁ ମୁଁ ଜାଣି ପାରିବି ନାହିଁ ।''

ଏହି ମାତୃଭାବ ଦୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ହିଁ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଦୀର୍ଘକାଳ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରି ପାରିଲେ । ତେଣୁ ରାବଣ ପୁତ୍ର ମେଘନାଦ, ଯାହାକୁ ଇନ୍ଦ୍ର ମଧ୍ୟ ହରାଇ ପାରି ନଥିଲେ, ତାକୁ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ହରାଇ ପାରିଥିଲେ । ପବିତ୍ର ମାତୃଭାବ ଦ୍ୱାରା ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣର ଏହା ଅନୁପମ ଉଦାହରଣ ଯାହା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ମହତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରକଟ କରିଥାଏ ।

ଭାରତୀୟ ସଭ୍ୟତା ଏବଂ ସଂସ୍କୃତିରେ ମାତାଙ୍କୁ ଏତେ ପବିତ୍ର ସ୍ଥାନ ଦିଆଯାଇଛି କି ଏହି ମାତୃଭାବ ମନୁଷ୍ୟର ପତନ ହେଉ ହେଉ ବଞ୍ଚାଇ ଦିଏ । ରାମକୃଷ୍ଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପବିତ୍ର ସନ୍ଥମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖକୁ ଯେବେ ବି କୌଣସି ସ୍ତ୍ରୀ, କୁ-ଚିନ୍ତା କରି ଆସିଥାନ୍ତି ପବିତ୍ର ମାତୃଭାବ ମନରେ ଆଣି ଏହି ସଜ୍ଜନ, ସାଧକ, ସନ୍ଥ ବିକାର ଫାନ୍ଦରୁ ବର୍ତ୍ତି ଯାଆନ୍ତି । ଏହି ମାତୃଭାବ ମନକୁ ବିକାରଗ୍ରସ୍ତ ହେବାରୁ ରକ୍ଷା କରିଦିଏ । ଯେବେ ବି କୌଣସି ସ୍ତ୍ରୀକୁ ଦେଖି ମନ ଭିତରେ ବିକାର ଭାବ ଉଠିବା ଆରମ୍ଭ କରିବ, ସେହି ସମୟରେ ଜାଗ୍ରତ ରହି ଏହି ମାତୃଭାବ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ଦରକାର ।

ସତ୍ ସାହିତ୍ୟ ପଢ :

ଯେଉଁପରି ସାହିତ୍ୟ ଆମେ ପଢୁ ସେହିପରି ବିଚାର ଆମ ମନରେ ଆସେ ଏବଂ ଆମ ବ୍ୟବହାର ମଧ୍ୟ ତାହା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ ଲୋକ କୁତ୍ସିତ, ବିକାରୀ ଏବଂ କାମୋତ୍ତେଜକ ସାହିତ୍ୟ ପଢେ, ସେ କେବେ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠି ପାରିବ ନାହିଁ । ତାହାର ମନ ସର୍ବଦା କାମ-ବିକାର ଚିନ୍ତାରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହିଥାଏ ଏବଂ ଏହାଦ୍ୱାରା ସେ ନିଜର ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷା କରିବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଯାଏ ।

ନଗ୍ନ ସାହିତ୍ୟ କାମୁକତା ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଶୁଣାଯାଏ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଗତରେ ପ୍ରଭାବିତ କିଛି ନରାଧମ ଚୋରାରେ ନଗ୍ନ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥାନ୍ତି ଯାହା ନିଜର ଏବଂ ନିଜ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସୁଥିବା

ଲୋକମାନଙ୍କର ବିନାଶ କରେ । ମହିଳାମାନଙ୍କ ସହିତ, କୋମଳ ବୟସର କନ୍ୟାମାନଙ୍କ ସହିତ, କିଶୋର ଏବଂ ଯୁବାବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ସହିତ ସେମାନେ ବହୁତ ବଡ ଅନ୍ୟାୟ କରୁଛନ୍ତି । ନଗ୍ନ ଚଳଚିତ୍ର ଦେଖୁଥିବା-ଦେଖାଉଥିବା ମହା ଅଧମ କାମାନ୍ଧ ଲୋକମାନେ ମରିବା ପରେ ଘୁଷୁରି, କୁକୁର ଆଦି ଯୋନିରେ, ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ନାଳ ମାନଙ୍କରେ କୀଟ ରୂପେ ଜନ୍ମ ନେଇ ଛଟପଟ ହୋଇ ଦୁଃଖ ପାଇବେ । ଏହି କୋମଳ ମତି ନବଯୁବକମାନେ କିପରି ଏହି ଦୁଷ୍ଟମାନଙ୍କର ଶିକାର ହେବେ ନାହିଁ ସେଥିପାଇଁ ସରକାର ଏବଂ ସମାଜ ସାବଧାନ ହେବା ଦରକାର ।

ବାଳକମାନେ ଦେଶର ସମ୍ପତ୍ତି । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ନାଶ ହେବା ଦ୍ୱାରା ସେମାଙ୍କର ବିନାଶ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ଏଣୁ ଏମାନଙ୍କୁ ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ, ନଗ୍ନ ସାହିତ୍ୟ ଏବଂ ନଗ୍ନ ଚଳଚିତ୍ର ଦ୍ୱାରା ନଷ୍ଟ ହେବାରୁ ରକ୍ଷା କରାଯାଉ । ଏମାନେ ରାଷ୍ଟ୍ରର ଭାବି କର୍ଣ୍ଣଧାର । ସ୍କୁଲ ମାନଙ୍କରେ, କଲେଜ ମାନଙ୍କରେ ଯୁବକ ଯୁବତୀମାନେ ତେଜସ୍ୱୀ ହୁଅନ୍ତୁ, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ମହିମା ବୁଝନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଯେ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନଙ୍କୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ବିଷୟକ ସାହିତ୍ୟ ଯୋଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ବିଷୟ ଉପରେ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କୁ ସଚେତନ କରାଇବା ସରକାରଙ୍କର ନୈତିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଅଟେ । ଫଳତଃ ସେମାନେ ତେଜସ୍ୱୀ ହୋଇ ପାରିବେ ।

ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଜୀବନ ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟିପାତ କରନ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନ ଉପରେ ସତ୍‌ସାହିତ୍ୟର ଛାପ ମିଳିବ । ଆମେରିକାର ଇମରସନ (Emerson) ନାମକ ବହୁତ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଲେଖକ, ଯାହାଙ୍କର ଗୁରୁ ଥିଲେ ଥୋରୋ (Thorau) ଯେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରୁଥିଲେ,ସେ ଲେଖିଛନ୍ତି—

''ପ୍ରତିଦିନ ମୁଁ ଗୀତାର ପବିତ୍ର ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରୁଛି । ଯଦିଓ ଏହି ପୁସ୍ତକକୁ ଲେଖିଥିବା ଦେବତାମାନେ ଅନେକ ବର୍ଷ ହେବ ଗଲେଣି କିନ୍ତୁ ଏହା ସମକକ୍ଷ ହେବା ଭଳି କୌଣସି ପୁସ୍ତକ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇନାହିଁ ।''

ଯୋଗେଶ୍ୱରୀ ମାତା ଗୀତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନ୍ୟ ଏକ ବିଦେଶୀ ବିଦ୍ୱାନ ଏଫ୍. ଏଚ୍. ମୋଲେମ (ଲଣ୍ଡନ) କୁହନ୍ତି—

''ବାଇବେଲ ମୁଁ ଯଥାର୍ଥ ଅଭ୍ୟାସ କରିଛି । ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଗୀତାରେ ଅଛି, ତାହା ଇଶାଇ ବା ଇହୁଦି ବାଇବେଲରେ ନାହିଁ ।

ମୋତେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଲାଗେ ଭାରତୀୟ ନବଯୁବକମାନେ ଇଂଲଣ୍ଡକୁ ପଦାର୍ଥ ବିଜ୍ଞାନ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ କାହିଁକି ଆସନ୍ତି ? ନିଃସନ୍ଦେହ ଯେ ପଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଗତର ଆକର୍ଷଣ ଏହାର କାରଣ । ସେମାନଙ୍କର ସରଳ ହୃଦୟ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଜଗତର ଲୋକମାନଙ୍କର ନିର୍ଦ୍ଦୟ କୁଟିଳ ହୃଦୟକୁ ଚିହ୍ନି ପାରିନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ସେମାନେ ଶିକ୍ଷାରେ ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିବା ଲୋଭରେ ଏହି ସ୍ୱାର୍ଥୀମାନଙ୍କର ଇନ୍ଦ୍ରଜାଲରେ ଫସି ଯାଉଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟଥା ଯେଉଁ ଦେଶ ବା ସମାଜ ଗୋଲାମିରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ସଂଗ୍ରାମ କରୁଛି ତାହା ପାଇଁ ଏହା ଅଧୋଗତିର ରାସ୍ତା ।

ମୁଁ ଇଶାଇ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ଗୀତା ପ୍ରତି ଏତେ ଆଦର ସମ୍ମାନ ଏଥିପାଇଁ ରଖଛି କି ଯେଉଁ ଗୂଢ ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରି ପାରି ନାହାନ୍ତି; ତାର ସମାଧାନ ଏହି ଗୀତା ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଶୁଦ୍ଧ ଓ ସରଳ ରୀତିରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇ ଅଛି । ଗୀତାରେ ଅନେକ ଅଲୌକିକ ଉପଦେଶ ଭରା ସୂତ୍ର ଦେଖିଅଛି ଏଣୁ ଗୀତାଜୀ ମୋ ପାଇଁ ସାକ୍ଷାତ ଯୋଗେଶ୍ୱରୀ ମାତା ଅଟନ୍ତି । ସାରା ବିଶ୍ୱର ଧନ ବିନିମୟରେ ନ ମିଳିବା ଭଳି ଅମୂଲ୍ୟ ରତ୍ନ ଭାରତବର୍ଷରେ ଅଛି ।

ସୁପ୍ରସିଦ୍ଧ ସାମ୍ବାଦିକ ପୋଲ ବ୍ରିଣ୍ଟନ ଏହି ଧାର୍ମିକ ପୁସ୍ତକକୁ ପଢି ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ହିନ୍ଦୁସ୍ଥାନ ଆସିଥିଲେ ଏବଂ ଏଠାକାର ରମଣ ମହର୍ଷିଙ୍କ ପରି ମହାତ୍ମା ମାନଙ୍କର ଦର୍ଶନ କରି ଧନ୍ୟ ହୋଇଥିଲେ । ଦେଶଭକ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ସାହିତ୍ୟ ପଢି ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖର ଆଜାଦ୍, ଭଗତ୍ ସିଂହ, ବୀର ସାବରକରଙ୍କ ପରି ରତ୍ନ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଦେଶ ହିତରେ ଲଗାଇ ପାରିଥିଲେ ।

ଏଥିପାଇଁ ସତ୍ ସାହିତ୍ୟର ମହିମା ଯେତେ ଗାଇଲେ ମଧ୍ୟ ସେତେ କମ୍ ହେବ । ଯୋଗ ବଶିଷ୍ଠ, ଗୀତା, ଉପନିଷଦ, ଦାସବୋଧ, ବିବେକ ଚୂଡାମଣି, ସୁଖମଣି, ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ସାହିତ୍ୟ, ସ୍ୱାମୀ ରାମତୀର୍ଥଙ୍କର ପ୍ରବଚନ ଆଦି ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତି ସହିତ ସମ୍ପର୍କିତ ଏପରି କିଛି ପୁସ୍ତକ ଅଛି ଯାହାକୁ ପଢିବା ନିଜ ଦୈନିକ ଜୀବନର ଅଙ୍ଗ ସହିତ ଯୋଡି ଦିଅ । ଇଆଡୁ ସିଆଡୁ ବେକାର ଏବଂ କୁତ୍ସିତ ପୁସ୍ତକ ଯଦି ଅଛି ତାକୁ ସବୁ ଅଳିଆ ଗଦାରେ ଫିଙ୍ଗି ଦିଅ ବା ଚୁଲାରେ ଜାଳି ଦିଅ, ନିଜେ ପଢ ନାହିଁ ବା ଅନ୍ୟକୁ ପଢିବାକୁ ଦିଅନାହିଁ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାହିତ୍ୟ ପଠନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ ଅସୀମ ସାମର୍ଥ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାତଃକାଳରେ ସ୍ନାନାଦି କାର୍ଯ୍ୟ ପରେ ଏବଂ ରାତ୍ରିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ କଛି ନା କିଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପୁସ୍ତକ ପଢିବା ଉଚିତ୍ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସଦ୍‌ଗୁଣୀ ବିଚାର ମନରେ ବିଚରଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ମନକୁ ବିକାରଗ୍ରସ୍ତ ହେବାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । କୌପିନ (ଲଙ୍ଗୋଟି) ପିନ୍ଧିବା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଅଣ୍ଡକୋଷସୁସ୍ଥ ରହିବା ସହିତ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବାସନା ବଢାଇବା ପରି ନଗ୍ନ ଚିତ୍ର ବା ପୋଷ୍ଟର ଦେଖିବାର ଆକର୍ଷଣ ଛାଡ । ଅଶ୍ଳୀଳ ଶାୟରୀ ବା ଗୀତ ଯେଉଁଠାରେ ଗାନ କରାଯାଉଥିବ ସେଠାରେ ରହ ନାହିଁ, ଶୁଣ ନାହିଁ ।

****

ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତି-ସଞ୍ଚୟର ଚମତ୍କାରିତା

ବୀର୍ଯ୍ୟର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଅଣୁରେ ବହୁତ ମହାନ ଶକ୍ତି ଛପି ରହିଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ, ମହାବୀର, କବୀର, ନାନକଙ୍କ ପରି ମହାପୁରୁଷ ପୃଥିବୀ ଉପରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛନ୍ତି । ବଡ ବଡ ପୀର, ଯୋଦ୍ଧା, ବଡ ବଡ ବୈଜ୍ଞାନିକ, ବଡ ବଡ ସାହିତ୍ୟିକ ଏମାନେ ସବୁ ଏହି ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁରେ ଛପି ରହିଥିଲେ । ଆଗକୁ ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମ ହୋଇ ଚାଲିବେ । ଏପରି ବହୁମୂଲ୍ୟ ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତିର ସଦୁପଯୋଗ ଯିଏ କରିପାରିବ ନାହିଁ, ସେ ନିଜର ପତନ ନିଜେ ଆମନ୍ତ୍ରିତ କରିଥାଏ ।

ବୀର୍ଯ୍ୟଂ ବୈ ଭର୍ଗଃ । (ଶତପଥ ବ୍ରାହ୍ମଣ)

ବୀର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ତେଜ ଅଟେ, ଆତ୍ମା ଅଟେ, ପ୍ରକାଶ ଅଟେ । ଜୀବନକୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ କରୁଥିବା ଏପରି ବହୁମୂଲ୍ୟ ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତିକୁ ଯିଏ ବି ହରାଇଛି, ତାର କେତେ ହାନୀ ହୋଇଛି, ନିମ୍ନରେ କେତୋଟି ଉଦାହରଣରୁ ଆମେ ବୁଝି ପାରିବା ।

ଭୀଷ୍ମ ପିତାମହ ଏବଂ ବୀର ଅଭିମନ୍ୟୁ :

ମହାଭାରତରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଦୁଇଟି ପ୍ରସଙ୍ଗ ଆସେ– ଗୋଟିଏ ଭୀଷ୍ମ ପିତାମହଙ୍କର ଅନ୍ୟଟି ବୀର ଅଭିମନ୍ୟୁଙ୍କର । ପିତାମହ ଭୀଷ୍ମ ବାଲ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ଥିଲେ । ସେଥିପାଇଁ ତାଙ୍କଠାରେ ଅକଥନୀୟ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଥିଲା । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ବ୍ରତ ଥିଲା ଯେ ''ସେ ଯୁଦ୍ଧରେ ଶସ୍ତ୍ର ଉଠାଇବେ ନାହିଁ ।'' ଏହା ଭୀଷ୍ମଙ୍କର ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ଚମତ୍କାରିତା ଯେ ସେ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ନିଜ ବ୍ରତ ଭଙ୍ଗ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ କରାଇ ଦେଲେ । ସେ ଅର୍ଜୁନ ଉପରେ ଏପରି ବାଣ ବର୍ଷଣ କଲେ ଯେ ଅର୍ଜୁନ ପରି ଦିବ୍ୟ ଅସ୍ତ୍ରରେ ସୁସଜ୍ଜିତ ଧୁରନ୍ଧର ଧନୁର୍ଦ୍ଧାରୀ ମଧ ତାର ପ୍ରତିକାର କରିବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଗଲେ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଯାଇ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ରଥର ଚକ ଧରି ଭୀଷ୍ମଙ୍କ ଆଡକୁ ଦୌଡିବାକୁ ପଡିଲା ।

ଏହା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ହିଁ ପ୍ରତାପ ଥିଲା । ଯଦ୍ୱାରା ଭୀଷ୍ମ ମୃତ୍ୟୁକୁ ମଧ ବିଜୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥିଲେ । ସେ ସ୍ୱୟଂ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିଥିଲେ କେବେ ସେ ଶରୀର ଛାଡିବେ । ଅନ୍ୟଥା ଶରୀରରେ ପ୍ରାଣ ସବୁଦିନ ଧରି ରଖିବା ଅସମ୍ଭବ । ପରନ୍ତୁ ଭୀଷ୍ମଙ୍କ ବିନା ଆଜ୍ଞାରେ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ ତାଙ୍କ ପ୍ରାଣ କିପରି କାଢି ନେଇ ପାରିବ ! ଭୀଷ୍ମ ନିଜ ଇଚ୍ଛା ଅନୁସାରେ ଶୁଭ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଶରୀର ଛାଡିଥିଲେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଅଭିମନ୍ୟୁଙ୍କର ପ୍ରସଙ୍ଗ ଆସେ । ଅର୍ଜୁନଙ୍କର ବୀର ପୁତ୍ର ଅଭିମନ୍ୟୁ ଏକୁଟିଆ ଚକ୍ରବ୍ୟୁହକୁ ଭେଦ କରିବାକୁ ଅଗ୍ରସର ହୋଇଥିଲା । ଭୀମ ମଧ ପଛରେ ରହିଗଲେ । ସେ ଯେଉଁ ଶୌର୍ଯ୍ୟ ଦେଖାଇଥିଲା ତାହ ପ୍ରଶଂସନୀୟ ଥିଲା । ବଡ ବଡ ମହାରଥୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସେ ଏକୁଟିଆ ରଥର ଚକ ଦ୍ୱାରା ଯୁଦ୍ଧ କରିଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥିଲା । ଏହାର କାରଣ ଯୁଦ୍ଧକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ନିଜର ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଖଣ୍ଡିତ କରି ସାରିଥିଲା । ସେ ଉତ୍ତରାଙ୍କ ଗର୍ଭାଶୟରେ ପାଣ୍ଡବ ବଂଶ ଛାଡି ଦେଇ ଆସିଥିଲା । ଏହି ଛୋଟିଆ ଦୁର୍ବଳତା କାରଣ ପାଇଁ ପିତାମହ ଭୀଷ୍ମଙ୍କ ପରି ସେ ନିଜର ମୃତ୍ୟୁର ମାଲିକ ହୋଇପାରିଲା ନାହିଁ ।

ପୃଥ୍ୱୀରାଜ ଚୌହାନ କାହିଁକି ହାରିଲେ ?

ଭାରତର ପୃଥ୍ୱୀରାଜ ଚୌହାନ ମହମ୍ମଦ ଘୋରୀକୁ ୧୬ ଥର ହରାଇଥିଲେ କିନ୍ତୁ ୧୭ ଥରକୁ ନିଜେ ହାରି ଯାଇ ଧରା ପଡି ଯାଇଥିଲେ । ଘୋରୀ ପରେ ତାଙ୍କର ଆଖି ଦୁଇଟିକୁ ଗରମ ଲୁହାଛଡ ଦ୍ୱାରା ଫୁଟାଇ ଦେଇଥିଲା । ଏହା ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଯେ ୧୬ ଥର ଜିତିଥିବା ବୀର ଯୋଦ୍ଧା କିପରି ହାରିଗଲେ ? ଇତିହାସ କହେ ଯେଉଁଦିନ ସେ ହାରିଥିଲେ ସେହିଦିନ ସେ ନିଜ ପତ୍ନୀ ସହିତ ମିଳିତ ହୋଇ ସାରିବା ପରେ ଅର୍ଥାତ୍

ଆପଣା ବୀର୍ଯ୍ୟର ସତ୍ୟାନାଶ କରି ସାରିବା ପରେ ଯୁଦ୍ଧଭୂମିକୁ ଆସିଥିଲେ । ଏହା ହେଉଛି ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତି କ୍ଷୟର ଦୁଷ୍ପରିଣାମ ।

ରାମାୟଣା ରାମଭକ୍ତ ହନୁମାନଙ୍କର କିଛି ଅଦ୍‌ଭୁତ ଗୁଣ ସମସ୍ତେ ଶୁଣିଛନ୍ତି । ଆକାଶରେ ଉଡିବା, ସମୁଦ୍ର ଲଂଘିବା, ରାବଣର ସଭାରୁ ଫେରିବା, ଲଙ୍କା ଜଳାଇବା, ରାବଣକୁ ଯୁଦ୍ଧରେ ମୁଥ ମାରି ମୂର୍ଚ୍ଛିତ କରିଦେବା, ସଂଜୀବନୀ ଗଛ ଆଣିବ ପାଇଁ ଯାଇ ପାହାଡକୁ ଉଠାଇ ଆଣିବା ଆଦି — ଏହା ସବୁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବ ଥିଲା ।

ଫ୍ରାନ୍ସର ନେପୋଲିୟନ କହୁଥିଲା, ''ଅସମ୍ଭବ ଶବ୍ଦ ବୋଲି ମୋ ଶବ୍ଦକୋଷରେ କିଛି ନାହିଁ ।'' ପରନ୍ତୁ ସେ ମଧ ହାରି ଯାଇଥିଲା । ହାରିବାର ମୂଳ କାରଣ ମଧରେ ଗୋଟିଏ କାରଣ ଯୁଦ୍ଧ ପୂର୍ବରୁ ସେ ସ୍ତ୍ରୀର ଆକର୍ଷଣରେ ନିଜ ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତି ଖର୍ଚ୍ଚ କରି ଦେଇଥିଲା ।

ସେମ୍‌ସନ୍ ମଧ ବହୁତ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ବୀର ଥିଲା । ବାଇବେଲରେ ତାର ବର୍ଣ୍ଣନା ଅଛି । ସେ ମଧ ସ୍ତ୍ରୀର ମହକ ଆକର୍ଷଣରୁ ବଞ୍ଚି ପାରିନାହିଁ । ତାର ମଧ ପତନ ହୋଇଗଲା ।

ସ୍ୱାମୀ ରାମତୀର୍ଥଙ୍କର ଅନୁଭବ :

ସ୍ୱାମୀ ରାମତୀର୍ଥ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରଫେସର ଥିଲେ, ସେତେବେଳେ ସେ ପରୀକ୍ଷା କରି ଏହି ନିଷ୍କର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଯେ ଯେଉଁ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ପରୀକ୍ଷା ଦିନ ବା କିଛିଦିନ ପୂର୍ବରୁ ବିଷୟ ବାସନାରେ ପଡି ବୀର୍ଯ୍ୟକ୍ଷୟ କରିଦେଉଛନ୍ତି ଏମାନେ ପ୍ରାୟତଃ ଅସଫଳ ହୋଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ସାରା ବର୍ଷ ଶ୍ରେଣୀରେ ଯେତେ ଭଲ ପଢୁଥିଲେ ମଧ, ଯେଉଁମାନଙ୍କର ହୃଦୟ ପରୀକ୍ଷା ଦିନମାନଙ୍କରେ ଏକାଗ୍ର ଏବଂ ଶୁଦ୍ଧ ରହୁଛି ସେମାନେ ହିଁ ସଫଳତା ପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି ।

କାମ-ବିକାରକ ରୋକିବା ବସ୍ତୁତଃ ବଡ ଦୁଃସାଧ ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ମନୁ ମହାରାଜ ଏପରି କହିଛନ୍ତି—

''ମାଆ, ଭଉଣୀ ଏବଂ କନ୍ୟା ସହିତ ମଧ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକାନ୍ତରେ ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ, କାରଣ ମନୁଷ୍ୟର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ବହୁତ ବଳବାନ । ସେ ବିଦ୍ୱାନ ମାନଙ୍କର ମନକୁ ମଧ ସମାନ ରୂପରେ ନିଜ ଗତି ସହିତ ଟାଣି ନେଇଥାଏ ।''

***

ଯୁବକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଦୁଇ ପଦ

ମୁଁ ଯୁବକମାନଙ୍କୁ ବିଶେଷ କରି କିଛି କହିବାକୁ ଚାହେଁ କାରଣ ଏମାନେ ନିଜ ଦେଶର ସୁଦୃଢ ଭବିଷ୍ୟତର ଆଧାର ଅଟନ୍ତି । ଭାରତର ଏହି ଯୁବ ବର୍ଗ ଯେଉଁମାନେ ପୂର୍ବେ ଦେଶ ଉତ୍‌ଥାନ ଏବଂ ଆଧାତ୍ମିକ ରହସ୍ୟର ଅନୁସନ୍ଧାନରେ ଲାଗି ରହୁଥିଲେ ସେହିମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ କାମିନୀ କାଞ୍ଚନର ରଙ୍ଗ-ରୂପ ପଛରେ ପାଗଳ ହୋଇ ନିଜ ଜୀବନ ବ୍ୟର୍ଥ କରି ଦେଉଛନ୍ତି ।

ଏହି କାମ ଶକ୍ତି ମନୁଷ୍ୟ ପାଇଁ ଅଭିଶାପ ନୁହେଁ, ବରଂ ବରଦାନ । ଏହା ଯେତେବେଳେ ଯୁବକ ଦେହରେ ଖେଳେ ସେ ତାକୁ ସେହି ସମୟରେ ଏତେ ଉତ୍ସାହରେ ଭରିଦିଏ ଯେ ସେ ସଂସାରରେ ସବୁ କିଛି କରିବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ସମର୍ଥ ଅନୁଭବ କରେ, କିନ୍ତୁ ଆଜିର ଯୁବ ବର୍ଗ କନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବାସନାରେ ମୋହିତ ହୋଇ ହସ୍ତମୈଥୁନ (Masturbation)ଏବଂ ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷର ଶିକାର ହୋଇଯାଏ ।

ହସ୍ତ ମୈଥୁନର ଦୁଷ୍ପରିଣାମ :

ଏହି କୁ-ଅଭ୍ୟାସରେ ଯୁବକ ନିଜ ବୀର୍ଯ୍ୟ ଧାରଣ ଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ କରି ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ସେ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ନଂପୁସକତା ଆଡକୁ ଅଗ୍ରସର ହୋଇଥାଏ । ତାର ଆଖି ଏବଂ ଚେହେରା ନିସ୍ତେଜ, ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ଅଳ୍ପ ପରିଶ୍ରମରେ ସେ ଥକି ଯାଏ । ତାର ଆଖି ଆଗରେ ଅନ୍ଧକାର ଛାଇ ଯାଏ । ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳତାରୁ ସେ ମୂର୍ଚ୍ଛିତ ମଧ ହୋଇଯାଏ । ତାର ସଂକଳ୍ପ ଶକ୍ତି, ନିଷ୍ଠା ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ ।

ଯେଉଁ ଯୁବକ ୧୭ରୁ ୨୪ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂଯମତା ଆଚରଣ କରେ, ତାର ମାନସିକ ବଳ ଏବଂ ବୁଦ୍ଧି ତେଜସ୍ୱୀ ହୋଇଥାଏ । ଜୀବନ ସାରା ତାର ଉତ୍ସାହ ଏବଂ ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଯେଉଁ ଯୁବକ ୨୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତି ନାଶ ଆରମ୍ଭ କରି ଦେଇଥାଏ, ତାର ସ୍ଫୁର୍ତ୍ତି ଏବ ଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଥାଏ ତଥା ସାରା ଜୀବନ ତାର ବୁଦ୍ଧି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ ।

ମୁଁ ଚାହୁଁଛି ଯେ ଯୁବକମାନେ ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତି ସଂରକ୍ଷଣର କିଛି ସଠିକ୍ ପ୍ରୟୋଗ ଶିକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ଛୋଟ-ବଡ ପ୍ରୟୋଗ, ଉପବାସ, ଭୋଜନରେ ସଂଯମତା କିଛି ପରିମାଣରେ ଲାଭ ଦେବ । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ଅସ୍ଥାୟୀ ଲାଭ । କିଛି ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି କଥା ସିଦ୍ଧ ହୋଇଛି ।

ଆମେରିକାରେ କରାଯାଇଥିବା ପ୍ରୟୋଗ :

ଆମେରିକାର ଏକ ବିଜ୍ଞାନାଗାରରେ ୩୦ ଜଣ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କୁ ଉପବାସ ରଖା ଯାଇଥିଲା । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେହି ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନଙ୍କର କାମ-ବିକାର ଦମନ ହୋଇ ରହିଥିଲା କିନ୍ତୁ ଭୋଜନ ପରେ ପୁଣି ସେମାନଙ୍କର କାମ-ବାସନା ସେମାନଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କଲା ।

ଲୁହାର ଲଙ୍ଗୋଟି ପିନ୍ଧି କିଛି ଲୋକ କାମ ଦମନ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ **'ସିକଡିଆ'** ବାବା କହନ୍ତି । ଏମାନେ ଲୁହା ବା ପିତଳର ଲଙ୍ଗୋଟି ପିନ୍ଧି ସେଥିରେ ତାଲା ପକାଇ ଦେଇଥାନ୍ତି ।

କିଛି ଏମିତି ବି ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଏହି କାମ-ବିକାରରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ନିଜ ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟକୁ କାଟି ଦେଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ପରେ ପଶ୍ଚାତାପ କରିଥାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ଜଣା ନାହିଁ ଯେ ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟ କାମ-ବିକାର ପରିପ୍ରକାଶ କରିବାର ଏକ ସାଧନ ମାତ୍ର । ଫୁଲ-ପତ୍ରକୁ ଛିଣ୍ଡାଇ ଦେଲେ ପୁରା ବୃକ୍ଷ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । କେବଳ ମାର୍ଗ ଦର୍ଶନର ଅଭାବରୁ ଲୋକମାନେ କେତେ-କେତେ ଭୁଲ କରି ବସନ୍ତି ଏଥିରୁ ଅନୁମେୟ ।

କାମ ଶକ୍ତିର ଦମନ ନୁହେଁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନ :

କାମ-ଶକ୍ତିର ଦମନ ସମାଧାନର ସଠିକ୍ ମାର୍ଗ ନୁହେଁ । ସମାଧାନର ଠିକ୍ ମାର୍ଗ ହେଉଛି ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖୀ କରି ଶରୀରରେ ଏହି ଶକ୍ତିର ଉପଯୋଗ କରି ପରମ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା । ଏହି କୁଂଜି ଯାହାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଗଲା ତାକୁ ସବୁକିଛି ମିଳିଗଲା ଏବଂ ଯାହାକୁ ନ ମିଳିଲା ସେ ସମାଜରେ ଯେତେ ବଡ ସତ୍ତାବାନ୍, ଧନବାନ, ପ୍ରତିଷ୍ଠାବାନ ଲୋକ ହୋଇଥାଉ ନା କାହିଁକି ଶେଷରେ ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ଅନାଥ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ, ନିଜେ ନିଜକୁ ଖୋଜି ପାଇ ନଥାଏ ।

ନାରଦ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱକ ଜାଣିଥିଲେ, ସେଥିପାଇଁ ସେ ବାଲିଆ ଲୁଣ୍ଠନକାରୀକୁ ମହର୍ଷି ବାଲ୍ମୀକିରେ ପରିଣତ କରିଦେଲେ । ଗୌତମ ବୁଦ୍ଧ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଜାଣିଥିଲେ, ତେଣୁ ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଆଙ୍ଗୁଳିମାଳ ପରି ନିର୍ଦ୍ଦୟୀ ହତ୍ୟାକାରୀ ସମସ୍ତ ଦୁଷ୍କୃତି ଛାଡି ଭିକ୍ଷୁ ବେଶ ଧାରଣ କରି ଚାଲିଗଲା ।

ଏପରି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପାଖରେ ଏହି ଶକ୍ତି ଅଛି, ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସାଧନା ଏକଦମ୍ ସରଳ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ବାରମ୍ବାର କାମ-ବିକାର ସହିତ ଲଢିବାକୁପଡି ନଥାଏ ବରଂ ଜୀବନରେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସହଜେ ହିଁ ଫଳିତ ହୋଇଥାଏ ।

ମୁଁ ଏପରି ଲୋକ ଦେଖିଛି, ଯେଉଁମାନେ ଅଳ୍ପ କିଛି ଜପ-ତପ କରନ୍ତି ଏବ ବହୁତ ପୂଜା ପାଆନ୍ତି । ଏପରି ଲୋକ ଦେଖିଛି, ଯେଉଁମାନେ ବହୁତ ଜପ-ତପ କରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କର କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ନାହିଁ, ଆକର୍ଷଣ ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ଜଣା-ଅଜଣା ଭାବେ, ଜାଗ୍ରତ ବା ନିଦ୍ରାବସ୍ଥାରେ ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାରରେ ସେମାନଙ୍କର ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଉଛି ।

ଜଣେ ସାଧକଙ୍କର ଅନୁଭବ :

ଜଣେ ସାଧକ, ଏଠାରେ ତାଙ୍କ ନାମ ନେବି ନାହିଁ, ମୋତେ ସ୍ୱୟଂ କହିଛନ୍ତି—

''ସ୍ୱାମୀଜୀ ! ଏଠାକୁ ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ମୁଁ ମାସରେ ଗୋଟିଏ ଦିନ ମଧ୍ୟ ପତ୍ନୀ ବିନା ରହିପାରୁ ନଥିଲି... ଏପରି କାମ-ବିକାରରେ ମୁଁ ଫସି ଯାଇଥିଲି, ବର୍ତ୍ତମାନ ଛଅ-ଛଅ ମାସ ଅତିବାହିତ ହୋଇଯାଉଛି ପତ୍ନୀ ବିନା ଏବଂ ଆଗ ପରି କାମ-ବିକାର ଆସୁ ନାହିଁ ।''

ଅନ୍ୟ ଜଣେ ସାଧକଙ୍କ ଅନୁଭବ :

ଅନ୍ୟ ଜଣେ ସାଧକ ଏଠାକୁ ଆସନ୍ତି, ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀଙ୍କର ଆପତ୍ତି ମୋତେ ଶୁଣିବାକୁ ମିଳିଛି । ସେ ନିଜେ ତ ଏଠାକୁ ଆସନ୍ତି ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଲୋକଙ୍କୁ ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ମୋର ପତିଙ୍କୁ ବୁଝାଇ ଦିଅ ସେ ଆଶ୍ରମକୁ ନ ଯାଆନ୍ତୁ । ତାଙ୍କର ମନା କରିବାର କାରଣ ଯାହା ସେ ଲୋକମାନଙ୍କୁ କହିଛନ୍ତି; ତାହା ଲୋକମାନେ ମୋତେ କହିଛନ୍ତି ।

ସେ କହିଛନ୍ତି, ''ଏହି ବାବା ମୋ ପତିଙ୍କୁ କି ଯାଦୁ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଆଗରୁ ସେ ମୋତେ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ରାତିରେ ଶୁଆଉଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋ ଠାରୁ ଦୂରରେ ଶୋଉଛନ୍ତି । ଆଗରୁ ସିନେମା ଯାଉଥିଲେ, ଯେମିତି ସେମିତି ସାଙ୍ଗ ସାଥିମାନଙ୍କ ସାଥିରେ ବୁଲୁଥିଲେ - ତାହା ସବୁ ଠିକ୍ ଥିଲା,ସେତେବେଳ କମ୍‌ସେ କମ ମୋ କହିବା ଅନୁସାରେ ତ ଚାଲୁଥିଲେ ! ବର୍ତ୍ତମାନ....''

କି ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟର ! ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦ୍ୟପି ପତନ ମାର୍ଗର ପଥିକ ହୋଇଥାଉ, ତା ଜୀବନ ଯେତେ ସତ୍ୟାନାଶ ହେଉଥାଉନା କାହିଁକି, କିନ୍ତୁ 'ମୋ କହିବା ଅନୁସାରେ ହିଁ ଚାଲୁ...' ଏହା ସଂସାରୀ ପ୍ରେମର ଢାଞ୍ଚା । ଏଥିରେ ପ୍ରେମ ଦୁଇ-ପାଞ୍ଚ ପ୍ରତିଶତ ହୋଇପାରେ, ବାକି ପଞ୍ଚାନବେ ଭାଗ ମୋହ ବାସନା ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମୋହ ମଧ ପ୍ରେମର ଓଢ଼ଣୀ ଓଢ଼ି (ଘୋଡାଇ ହୋଇ) ଆସିଥାଏ । ଆମେ ପତନମୁଖୀ ହେଉଛୁ କି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖୀ ଆମକୁ ଏହା ଜଣାପଡେ ନାହିଁ ।

ଯୋଗୀର ସଂକଳ୍ପ ବଳ :

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉତ୍ଥାନର ମାର୍ଗ । ବାବାଜୀ କିଛି ଯାଦୁ-ମାଦୁ କରି ନାହାନ୍ତି, କେବଳ ତାଙ୍କ ନିଜ ଯୌଗିକ ଶକ୍ତିର ମାଧମ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମିଳିଗଲା, ଯଦ୍ୱାରା ତାର କାମ-ଶକ୍ତି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ ହୋଇଗଲା । ଏହି କାରଣରୁ ତାର ମନ ସଂସାରୀ କାମସୁଖରୁ ଉପରକୁ ଉଠିଗଲା । ଯେତେବେଳେ ଅସଲ ରସ ମିଳିବାକୁ ଲାଗିଲା ସେତେବେଳେ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ନାଳିରୁ ମିଳୁଥିବା ରସ ପାଇଁ କିଏ କାହିଁକି ବା ଅପେକ୍ଷା କରିବ । ଏପରି କିଏ ମୂର୍ଖ ଅଛି ଯିଏ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପରି ପବିତ୍ର ଏବଂ ଅସଲ ରସକୁ ଛାଡି ଘୃଣିତ ଏବଂ ପତନକାରୀ ସଂସାରୀ କାମସୁଖ ପଛରେ ଦୌଡିବ ?

କ'ଣ ଏହା ଚମତ୍କାର :

ସାଧାରଣ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ତ ଏହା ବହୁତ ବଡ ଚମତ୍କାର, କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ ସେମିତି କିଛି ଚମତ୍କାରର କଥା ନାହିଁ । ଯେଉଁ ମହାପୁରୁଷ ଯୋଗମାର୍ଗ ସହ ପରିଚିତ ଏବଂ ଆତ୍ମସୁଖରେ ମସ୍ତ ଥାନ୍ତି, ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଖେଳ ମାତ୍ର ।

ଯୋଗର ମଧ ନିଜର ବିଜ୍ଞାନ ଅଛି, ଯାହା ସ୍ଥୂଳ ବିଜ୍ଞାନ ଠାରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଏବଂ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ ଲୋକ ଏମିତି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ସାନିଧ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସହଜ ହୋଇଥାଏ, ତାଙ୍କୁ ଆଉ ବିଶେଷ ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡେନାହିଁ ।

ହସ୍ତ ମୈଥୁନ ଏବଂ ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷରୁ କିପରି ବଞ୍ଚିବ ?

କେହି ଯଦି ହସ୍ତ ମୈଥୁନ ବା ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଛି ଏବଂ ଏହି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାକ ଉତ୍ସୁକ, ତେବେ ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ମୁଁ କହିବି ବର୍ତ୍ତମାନ ସେ ଏ ଚିନ୍ତା ଛାଡି ଦେଉ ଯେ, ''ମୋତେ ଏହି ରୋଗ ହୋଇଛି ଏବଂ ଏବେ ମୋର କ'ଣ ହେବ ? ମୁଁ କ'ଣ ପୁଣି ମୋର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଫେରି ପାଇବି ?'' ଏ ପ୍ରକାରର ନିରାଶାବାଦି ବିଚାରକୁ ମୂଳୋତ୍ପାଟନ କରି ଫିଙ୍ଗି ଦିଅ ।

ସର୍ବଦା ପ୍ରସନ୍ନ ରୁହ :

ଯାହା ଘଟି ଯାଇଛି ଯାଇଛି । **'ବିତୀ ସୋ ବିତୀ, ବିତୀ ତା ହି ବିଶାର ଦେ, ଆଗେ କୀ ସୁଧୀଲେୟ ।'** ଏକେ ତ ରୋଗ, ପୁଣି ତା ଉପରେ ଚିନ୍ତା କଲେ ଆହୁରି ଅଧିକ ରୁଗ୍ଣ କରିଦେବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମ କାମ ହେଲା ଅସହାୟ ବିଚାରଗୁଡିକୁ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେଇ ପ୍ରସନ୍ନ ଏବଂ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ରହିବା ଆରମ୍ଭ କର ।

ଆଗରୁ କେତେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ନାଶ ହୋଇଯାଇଛି, ତାର ଚିନ୍ତା ଛାଡି ଏବେ କିପରି ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ହୋଇପାରିବ ତାର ଉପାୟ କରିବା ପାଇଁ ମନ ଦୃଢ କରିନିଅ ।

ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଉଚିତ : ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିଦମନ କରିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ ଏହାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ କରିବାର ଅଛି । ବୀର୍ଯ୍ୟଶକ୍ତିର ଉପଯୋଗ ଆମେ ଠିକ୍ ଢଙ୍ଗରେ କରିପାରୁ ନାହୁଁ, ଏଥିପାଇଁ ଏହି ଶକ୍ତିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନର କିଛି ପ୍ରୟୋଗ ଆମେ ଜାଣି ନେବା ।

ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନ କଣ ?

ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନର ଅର୍ଥ ଏହା ନୁହେଁ ଯେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଥୂଳ ରୂପରେ ଉପର ସହସ୍ରାର ଚକ୍ର ଆଡକୁ ଯାଏ । ଏହି ବିଷୟରେ କିଛି ଲୋକ ଭ୍ରମରେ ପଡନ୍ତି । ବୀର୍ଯ୍ୟ ତ ସେହିଠାରେ ହିଁ ଥାଏ । କିନ୍ତୁ ତାକୁ ସଂଚାଳିତ କରୁଥିବା ଯେଉଁ କାମ ଶକ୍ତି, ତାର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗମନ ହୋଇଥାଏ । ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ଉପରକୁ ଉଠାଇବା ନିମନ୍ତେ ନାଡି ଶରୀର ଭିତରେ ନଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ବୀର୍ଯ୍ୟ ବିନ୍ଦୁ ଉପରକୁ ଯାଏନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଆମ ଭିତରେ ଏକ ବୈଦ୍ୟୁତିକ, ଚୁମ୍ବକୀୟ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଯାହା ନିମ୍ନ ଆଡକୁ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ସକ୍ରିୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଏଥିପାଇଁ ଯେତେବେଳେ ପୁରୁଷର ଦୃଷ୍ଟି କୌଣସି ଅସଂଯତ ସ୍ତ୍ରୀ ଉପରେ ପଡେ ବା କୌଣସି ସ୍ତ୍ରୀ ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହି ଶକ୍ତି ମୂଳାଧାର କେନ୍ଦ୍ର ତଳେ ଯେଉଁ କାମ କେନ୍ଦ୍ର ଅଛି ତାକୁ ସକ୍ରିୟ କରି ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ବାହାରକୁ ଧକ୍କା ମାରି ବାହାର କରି ଆଣେ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଖଳିତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତାର ଜୀବନର ଯେତେ କାମ ଶକ୍ତି ସବୁ ବ୍ୟର୍ଥରେ ଯାଏ । ଯୋଗୀ ଏବଂ ତାନ୍ତ୍ରିକ ଲୋକମାନେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଜାଣନ୍ତି । ସ୍ଥୂଳ ବିଜ୍ଞାନୀ, ପ୍ରାଣୀ ବିଜ୍ଞାନୀ ଏବଂ ଡକ୍ଟରମାନେ ଏହି କଥାକୁ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ଏଥିପାଇଁ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଯନ୍ତ୍ରପାତି ଉଦ୍‌ଭାବନ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ କେତେଗୁଡିଏ ମାରଣାନ୍ତକ ରୋଗକୁ ଏମାନେ ଠିକ୍ ରୂପେ ଚିକିତ୍ସା କରି ପାରୁନାହାଁନ୍ତି । ଯେବେ କି ଯୋଗୀର ଦୃଷ୍ଟିପାତ ମାତ୍ରେ ବା ଆଶୀର୍ବାଦରେ ରୋଗୀ ଠିକ୍ ହୋଇ ଯାଇଥିବା ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉଛୁ ।

ଆପଣ ଏତେ ଯୋଗ ସାଧନା କରି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେତା ଯୋଗୀ ନ ହୋଇ ପାରନ୍ତି କିନ୍ତୁ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ପାଇଁ କେତେକ ଛୋଟ ଛୋଟ ପ୍ରୟୋଗ ତ କରିପାରିବେ—

ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷାର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରୟୋଗ :

ଆମମାନଙ୍କର ଯେଉଁ "କାମ-କେନ୍ଦ୍ର" ଅଛି, ତାହା ଯେତେବେଳେ ସକ୍ରିୟ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ଧକ୍କା ଦେଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ତାକୁ ସକ୍ରିୟ ହେବାରୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେବ । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ସ୍ତ୍ରୀକୁ ଦର୍ଶନ କରି ବା କାମ ବିଚାର ଦ୍ୱାର ନିଜର ଧ୍ୟାନ ନିଜ ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟ ଆଡକୁ ଯିବ, ସେତେବେଳେ ଆପଣ ସତର୍କ ହୋଇଯିବେ । ଆପଣ ତୁରନ୍ତ ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ଭିତର ଆଡକୁ ଅର୍ଥାତ୍ ପେଟ ଆଡକୁ ଟାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବେ । ଯେପରି ପମ୍ପର ପିଷ୍ଟନ ଟାଣେ ସେହି ପ୍ରକାରର କ୍ରିୟା ପାଇଁ ମନକୁ ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟରେ କେନ୍ଦ୍ରିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଯୋଗ ଭାଷାରେ ଏହାକୁ **'ଯୋନି ମୁଦ୍ରା'** କହନ୍ତି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆଖି ବନ୍ଦ କର । ପୁଣି ଏପରି ଭାବନା କରନ୍ତୁ କି ମୁଁ ନିଜ ଶରୀରରେ ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂସ୍ଥାନ ଉପର ମୁଣ୍ଡ ଆଡକୁ ଯେଉଁ ସହସ୍ରାର ଚକ୍ର ଅଛି, ସେହି ଆଡକୁ ଦେଖୁଛି । ଯେଉଁଠାରେ ଆମ

ମନ ଲାଗେ, ସେହି ଆଡକୁ ହିଁ ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି । ସହସ୍ରାର ଆଡକୁ ମନ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ମୂଳାଧାରରେ ସକ୍ରିୟ ହୋଇ ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ସ୍ଖଳିତ କରିବା କଥା, ସେହି ଶକ୍ତି ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ ହୋଇ ଆପଣଙ୍କୁ ବୀର୍ଯ୍ୟପତନରୁ ରକ୍ଷା କରିବ । କିନ୍ତୁ ଧ୍ୟାନ ରଖିବେ– ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ମନ କାମ-ବିଳାସର ମଜା ନେବାକୁ ଅଟକି ଗଲା ତେବେ ଆପଣ ସଫଳ ହୋଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ଅଳ୍ପ ସଂକଳ୍ପ ଏବଂ ବିବେକର ଆଶ୍ରୟ ନେଇ କିଛି ଦିନ ଏପରି ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସଫଳତା ପାଇ ପାରିବେ । ଆପଣ ସ୍ୱୟଂ ଅନୁଭବ କରିବେ କି ଝଡ଼ ପରି କାମର ଆବେଗ ଆସିଲା ଏବଂ ଏହି ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା କିଛିକ୍ଷଣ ଭିତରେ ଶାନ୍ତ ହୋଇଗଲା ।

ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରୟୋଗ :

ଯେବେ କାମର ତୀବ୍ରତା ଆସିବ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରୁ ବାୟୁକୁ ବାହାରକୁ ଜୋର କରି ବାହାର କରିଦିଅ । ଯେତେ ଜୋରରେ ବାହାରକୁ ଫିଙ୍ଗିବ ସେତେ ଭଲ । ପୁଣି ନାଭି ଓ ପେଟକୁ ଭିତରକୁ ଟାଣ । ଦୁଇ ତିନିଥର ଏହିପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା କାମ-ବିକାର ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ । ଆପଣ ବୀର୍ଯ୍ୟ ପତନରୁ ରକ୍ଷା ପାଇଯିବେ ।

ଏହି ପ୍ରୟୋଗ ଛୋଟ ଜଣା ପଡେ । କିନ୍ତୁ ବହୁତ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୌଗିକ ପ୍ରୟୋଗ ଅଟେ । ଭିତରର ଶ୍ୱାସ କାମ ଶକ୍ତିକୁ ଆଡକୁ ଧକ୍‌କା ମାରେ, ଏହି ଶ୍ୱାସକୁ ଜୋର ଜୋର ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଫିଙ୍ଗିବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର କାମ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ସକ୍ରିୟ କରିପାରେ ନାହିଁ । ପୁଣି ପେଟ ଓ ନାଭିକୁ ଭିତରକୁ ସଂକୋଚିତ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେଠାରେ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଯାଏ । ସେହି ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପାଇଁ କାମ କେନ୍ଦ୍ର ପାଖାପାଖି ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ପତନରେ ସହଯୋଗୀ ହୁଅନ୍ତି, ତାହା ଟାଣି ହୋଇ ନାଭି ଆଡକୁ ଚାଲି ଆସନ୍ତି ଏବଂ ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣ ବୀର୍ଯ୍ୟ ପତନରୁ ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବେ ।

ଏହି ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ନା କିଛି ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପଡେ, ନା ବିଶେଷ ସ୍ଥାନ ଖୋଜିବାକୁ ପଡେ । ଯେକୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ବସି କରିପାରିବେ । କାମ-ବିକାର ନ ଆସୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରୟୋଗ କରି ଆପଣ ଅନୁପମ ଲାଭ ଉଠାଇ ପାରିବେ । ଏହି ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା ଜଠରାଗ୍ନି ପ୍ରଦୀପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ପେଟର ଅନ୍ୟ ରୋଗ ଗୁଡିକ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସଂଯମ ଶକ୍ତି ବଢିଥାଏ । ଜୀବନ ଓଜମୟ ଓ ତେଜମୟ ହୋଇଥାଏ ।

ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷକ ଚୂର୍ଣ୍ଣ :

ବହୁତ କମ୍ ଖର୍ଚ୍ଚରେ ଆପଣ ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ତିଆରି କରିପାରିବେ । କିଛି ଶୁଖିଲା ଅଁଳାରୁ ମଞ୍ଜି ବାହାର କରି ଅଁଳା ଚୋପାକୁ କୁଟି ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଦିଅ । ବଜାରରେ ଆଜିକାଲି ଅଁଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ମଧ୍ୟ ମିଳୁଛି । ଯେତିକି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ନେବ ତାହାର ଦୁଇଗୁଣ ମିଶ୍ରି ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଏଥିରେ ମିଶାଇ ଦିଅ । ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଯାହାର ସ୍ୱପ୍ନ ଦୋଷ ନାହିଁ ତାହା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ହିତକର । ରାତିରେ ଶୋଇବାର ଅଧଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ଏକ ଚାମୁଚ ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ପାଣି ସହିତ ଖାଇ ଦିଅ । ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବୀର୍ଯ୍ୟକୁ ଗାଢ କରିବା ସହିତ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରେ । ବାତ, ପିତ, କଫକୁ ଦୂର କରିବା ସହିତ ସଂଯମକୁ ମଧ୍ୟ ଦୃଢ କରିଥାଏ ।

ଅଠାର ବ୍ୟବହାର :

ରାତିରେ ଛଅ ଗ୍ରାମ ଖେରୀ ଅଠା ପାଣିରେ ଭିଜେଇ ଦିଅ । ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ପିଇ ଦିଅ । ଏହି ପ୍ରୟୋଗ ସମୟରେ ଯଦି ଭୋକ କମ୍ ଲାଗେ ତେବେ ଦି'ପ୍ରହର ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ଅଦା ଲେମ୍ବୁ ରସ ପିଇବା ଉଚିତ୍ ।

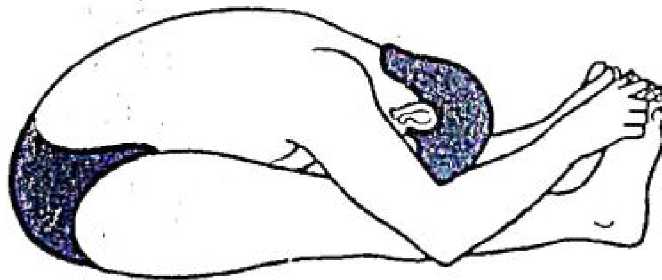
ତୁଳସୀ : ଏକ ଅଦ୍‌ଭୁତ ଔଷଧ :

ଫ୍ରେଞ୍ଚ ଡାକ୍ତର ଭିକ୍ଟର ରେସିନ୍ କହିଛନ୍ତି ''ତୁଳସୀ ଏକ ଅଦ୍‌ଭୁତ ଔଷଧ (Wonderful drug) ।'' ତୁଳସୀ ଉପରେ କରାଯାଇଥିବା ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଯାଇଛି ଯେ ବ୍ଲଡପ୍ରେସର, ପେଟ ରୋଗ, ରକ୍ତ କଣିକା ବୃଦ୍ଧି ଏବଂ ମାନସିକ ରୋଗୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ତୁଳସୀ ଅତ୍ୟନ୍ତ ହିତକାରୀ ଅଟେ । ମେଲେରିଆ ତଥା ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ଜ୍ୱର ପାଇଁ ତୁଳସୀ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପକାରୀ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ।

ତୁଳସୀ ରୋଗ ଦୂର କରିବା ସହିତ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ଏବଂ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବଢାଇବାରେ ଅନୁପମ ସହାୟତା କରିଥାଏ । ତୁଳସୀ ରସ ଏକ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ । ଏହା ତ୍ରିଦୋଷ ନାଶକ, ରକ୍ତ ବିକାର, ବାୟୁ, କାଶ, କୃମି ଆଦିର ନିବାରକ ତଥା ହୃଦୟ ପାଇଁ ବହୁତ ହିତକାରୀ ଅଟେ ।

*

ପାଦପଶ୍ଚିମୋତ୍ତାନାସନ



ବିଧି : ଭୂମି ଉପରେ ଆସନ ପକାଇ ପାଦ ଲମ୍ବା କରି ବସିଯାଅ । ପୁଣି ଦୁଇ ହାତରେ ପାଦର ଆଙ୍ଗୁଠି ଧରି ଆଗକୁ ଝୁଙ୍କି ମୁଣ୍ଡକୁ ଦୁଇ ଆଣ୍ଠୁରେ ଲଗାଇବାକୁ ପ୍ରୟାସ କର । ଆଣ୍ଠୁ ମାଟିରେ ଲାଗି ରହୁ । ଆରମ୍ଭରେ ଆଣ୍ଠୁ ମାଟିରେ ନ ଲାଗିଲେ ଚିନ୍ତା ନାହିଁ । ଧୀରେ ଧୀରେ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଆସନ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଯିବ । ଆସନ କରିବାର ପନ୍ଦର ମିନିଟ୍ ପରେ ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି କଞ୍ଚା ଭେଣ୍ଡି ଖାଇବା ଉଚିତ୍ । ସେଓ ଖାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଲାଭ ହେବ ।

ଲାଭ : ଏହି ଆସନ ଦ୍ୱାରା ନାଡିଗୁଡିକ ବିଶେଷ ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବଢିଥାଏ ଏବଂ ଶରୀରର ରୋଗ ସବୁ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ବଦହଜମୀ, ଆମ୍ଳିଳା ଢକାର, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ପରି ପେଟର ସବୁ

ରୋଗ, ସର୍ଦ୍ଦି, କଫ ପଡିବା, କମର ଦରଜ, ହିକ୍କା, ଧବଳକୁଷ୍ଟ, ପରିଶ୍ରାର ଗୋଳମାଳ, ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷ, ବୀର୍ଯ୍ୟବିକାର, ଆପେଣ୍ଡିକ୍ସ, ସାଇଟିକା (Scitica), କାମଳ (ପାଣ୍ଡୁ ରୋଗ), ଅନିଦ୍ରା, ଶ୍ୱାସ ରୋଗ (ଦମା), ଜ୍ଞାନତନ୍ତୁ ମାନଙ୍କର ଦୁର୍ବଳତା, ଗର୍ଭାଶୟ ରୋଗ, ମାସିକ ଧର୍ମର ଅନିୟମିତତା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଗଣ୍ଡଗୋଳ, ନଂପୁସକତା, ରକ୍ତ ବିକାର, ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ତ ରୋଗ ଏହି ଆସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଆରମ୍ଭରେ ଏହି ଆସନ ଅଧ ମିନିଟରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପ୍ରତି ଦିନ କିଛି କିଛି ବଢାଇ ପନ୍ଦର ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରି ପାରିବେ । ପ୍ରଥମେ ଦୁଇ-ତିନି ଦିନ କଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ, ପୁଣି ସହଜ ହୋଇଯାଏ ।

ଏହି ଆସନରେ ଶରୀର ଲମ୍ବା ଓସାର ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଶରୀର ମୋଟା ହୋଇଥାଏ ତେବେ ତାହା ମଧ ଠିକ୍ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଯଦି ପତଳା ହୋଇଥିବେ ତ ଧୀରେ ଧୀରେ ସୁସ୍ଥସବଳ ହୋଇଯିବେ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ଆସନ ଭଗବାନ ଶିବଙ୍କର ପ୍ରସାଦ । ଏହାର ପ୍ରଚାର ପ୍ରଥମେ ଭଗବାନ ଶିବ ଏବଂ ପରେ ଗୋରଖନାଥ କରିଥିଲେ ।

***

ଆମର ଅନୁଭବ

ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଦର୍ଶନର ଚମତ୍କାରିତା :

ପ୍ରଥମେ କାମ ତୃପ୍ତିରେ ହିଁ ଜୀବନର ଆନନ୍ଦ ଅଛି ବୋଲି ଧାରଣା ଥିଲା । ସ୍ତ୍ରୀ ବିନା ମୁଁ କେବେ ରହି ପାରୁ ନଥିଲି । ଏହା ତ ମୋ ପାଇଁ କଳ୍ପନାର ବାହାରେ ଥିଲା । ମୋର ଦୁଇଟି ବିବାହ ହୋଇଥିଲା; ପରନ୍ତୁ ଦୁଇଜଣଙ୍କର ଦେହାନ୍ତ ହେବା କାରଣରୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ତୃତୀୟ ବିବାହ ଷୋହଳ ବର୍ଷିୟା ଝିଅ ସହିତ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଗଲା । କିନ୍ତୁ ଜଣା ନାହିଁ କେଉଁ ଜନ୍ମର ପୂଣ୍ୟ ପାଇଁ ବିବାହ ପୂର୍ବରୁ ପରମ ପୂଜ୍ୟପାଦ ସ୍ୱାମୀ ଶ୍ରୀ ଲୀଲାଶାହଜୀଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଁ ଡିସା ଆଶ୍ରମକୁ ଯାଇ ପହଞ୍ଚିଲି ।

ଆଶ୍ରମରେ ସ୍ୱାମୀ ଲୀଲାଶାହଜୀ ମିଳିଲେ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ଯିଏ ମିଳିଲେ ତାଙ୍କ ଦର୍ଶନ ମାତ୍ରେ ଜଣାନାହିଁ କ'ଣ ହେଲା, ମୋର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭବିଷ୍ୟତ ବଦଳି ଗଲା । ଯେତେବେଳେ କବାଟ ଖୋଲିଲା, ସେତେବେଳେ ମୁଁ ଦେଖିଲି ଗୋଟିଏ ଭବ୍ୟ ମୂର୍ତ୍ତି । ତାଙ୍କର ଯୋଗଯୁକ୍ତ ବିରାଟ ନେତ୍ର ମାନଙ୍କର ମୋତେ ଜଣା ନାହିଁ କ'ଣ ଏପରି ଚମକ ଥିଲା ମୁଁ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଙ୍କ ଆଡକୁ ଚାହିଁ ପାରିଲି ନାହିଁ । ମୋର ଦୃଷ୍ଟି ତାଙ୍କ ଚରଣ ଆଡକୁ ଟାଣି ହୋଇଗଲା । ମୁଁ କେବଳ ଦୁଇଟି ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଲି । ''ଏବେ କ'ଣ ହାଡ ମାଂସର ଶରୀରରେ ଏ ବୟସ (୫୧ ବର୍ଷ)ରେ ବିବାହ କରିବ ? ମୁଁ ତୁମର ବିବାହ (ଉପରକୁ ଇଙ୍ଗିତ କରି) ତାଙ୍କ ସହିତ କରାଇବି ।'' .

ଏହା ଶୁଣି ମୁଁ ଚକିତ ହୋଇଗଲି । ସେହି ସମୟରେ ତ ମୁଁ ସେଠାରୁ ଚାଲି ଆସିଲି । କିନ୍ତୁ

ମୋର କାମ-ବାସନାର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ଭିତରେ ବୈରାଗ୍ୟର ଢେଉ ଉଠିଲା । ଘରେ ପହଞ୍ଚି ଭାଇମାନଙ୍କୁ ବିବାହ ନ କରିବାକୁ କହିଲି । ଭାଇମାନେ ଭାବିଲେ କ'ଣ ଗୋଟାଏ ହୋଇଥିବ, ତେଣୁ ମୋତେ ପୁଣି ବୁଝାଇଲେ । ନ ମାନିବାରୁ ଗୋଟିଏ କୋଠରୀରେ ସେହି ଷୋହଳ ବର୍ଷିୟା ତରୁଣୀକୁ ମୋ ସହିତ ରଖି ବନ୍ଦ କରି ଦେଲେ ଏହି ଆଶାରେ କି ବୋଧହୁଏ ତାର ଆକର୍ଷଣରେ ମୋର ବୈରାଗ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ।

ପୁରୁଣା ଅଭ୍ୟାସ ଅନୁସାରେ ମୁଁ ମଧ ଚିନ୍ତା କଲି, ଏକୁଟିଆ ତ ଅଛି... ତା ସହିତ କଥା ଆଉ କିଛି ସ୍ପର୍ଶ-ସୁଖ ନିଏ । କିନ୍ତୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ! ତାକୁ ଛୁଇଁଲି, କାମ ବିକାରକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରିବା ପାଇଁ ଅନ୍ୟ କିଛି କଲି, କିନ୍ତୁ ସବୁ ନିରର୍ଥକ ହେଲା । ଯେପରି କାମ ସୁଖର ଚାବି ସେହି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପାଖରେ ରହିଯାଇଥିଲା ! ଏସବୁ କିପରି ହେଲା ? ସେ ଅଜଣା ମହାପୁରୁଷ ନା ତ ମୋତେ ଜାଣିଥିଲେ ନା ମୁଁ ତାଙ୍କୁ ଜାଣିଥିଲି । ପୁଣି ମୁଁ ତାଙ୍କୁ କିଛି କହବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ମୋର କଥା ଜାଣି ନେଇଥିଲେ । ମୋର ସମସ୍ତ କାମ ବାସନା ଏକଦମ ଉଭେଇ ଗଲା । ଏକାନ୍ତ କୋଠରୀରେ ନିଆଁ ଏବଂ ପେଟ୍ରୋଲର ମିଳନ ଥିଲା, ତଥାପି ଆଃ... ! ଯେଉଁ କାମ ଆବେଗକୁ ବଡ-ବଡ ଯୋଗସାଧକ ରୋକି ପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ସେହି ଆବେଗରୁ ମୁଁ ତାଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦରୁ ବଞ୍ଚି ଗଲି । ତାଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ କ'ଣ ଏପରି ଚମତ୍କାରିତା ଥିଲା ?

ସତରେ, ସେ ମୋ ପାଇଁ ମନୁଷ୍ୟ ବେଶଧାରୀ ଭଗବାନ । ସାକ୍ଷାତ ଯୋଗେଶ୍ୱର ଅଟନ୍ତି । ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ କଲି ଏବେଠାରୁ ତାଙ୍କର ଛତ୍ରଛାୟା ଛାଡିବି ନାହିଁ । ଯେତେ କଷ୍ଟ ହେଉ ନା କାହିଁକି ।

ତୁରନ୍ତ ମୁଁ ସେ ଝିଅକୁ ଭଉଣୀ ରୂପରେ ଗ୍ରହଣ କଲି, କିଛି ପଇସା ଦେଇ ତାର ମାଆ ସହିତ ପଠାଇ ଦେଲି । ସେ ମହାପୁରୁଷଙ୍କୁ ନିଜର ମାର୍ଗଦର୍ଶକ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କଲି । ତାଙ୍କ ସାନିଧ୍ୟରେ ଆସି କିଛି ଯୌଗିକ କ୍ରିୟା ଶିଖିଲି । ସେ ମୋ ଦ୍ୱାରା ଏପରି ସାଧନା କରାଇଲେ ଯଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ସମସ୍ତ ପୁରୁଣା ରୋଗ, ମେଦ, ଶ୍ୱାସ, କଷ୍ଟକାଠିନ୍ୟ ଇତ୍ୟାଦି ଦୂର ହୋଇଗଲା ।

ଅହମଦାବାଦ ଆଶ୍ରମ ଆସିବା ପରେ ଆହୁରି ଏକ ଘଟଣା ଘଟିଲା । ମୁଁ କିଛିଦିନ ପାଇଁ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଡିସା ଆସିଥିଲି । ସେଠାରେ ଆବଶ୍ୟକ ଠାରୁ ଅଧିକ ଦିନ ଲାଗିଲା । ତେଣୁ ମୁଁ ତାଙ୍କ ସାନିଧ୍ୟରୁ କିଛିଦିନ ଅନ୍ତର ରହିଲି । ଦିନେ ସକାଳୁ ମୁଁ ବୁଲିବା ପାଇଁ ବାହାରିଛି, ଏ କ'ଣ ଦେଖୁଛି ଯେ ସେ ମହାପୁରୁଷ ମୋ ଆଗରେ ପାଦରେ ଚାଲି ଚାଲି ଯାଉଛନ୍ତି, ମୁଁ ଦୌଡି ଯାଇ ଚରଣ ଛୁଇଁବାକୁ ଚାହିଁଲି, କିନ୍ତୁ ଏହା ଭିତରେ ସେ ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଧାନ ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ ।

ବାସ, ମୁଁ ତାଙ୍କର ସଙ୍କେତ ବୁଝି ଗଲି ଏବଂ ଦୁଇଦିନ ଭିତରେ ଡିସାରୁ ପୁଣି ଅହମଦାବାଦ ଆଶ୍ରମରେ ତାଙ୍କ ଶ୍ରୀଚରଣରେ ପହଞ୍ଚି ଗଲି । ଏହା ମୋତେ ପରେ ଜଣା ପଡିଲା ଯଦି ସେ ମୋତେ ସେହି ସମୟରେ ନ ଦେଖା ଦେଇଥାନ୍ତେ ତେବେ ମୋର ବଡ଼ ଧରଣର ପତନ ହୋଇଥାନ୍ତା । ଏହିପରି ବହୁତ ପ୍ରସଂଗ ତାଙ୍କ ସାନିଧ୍ୟରୁ ମୋ ଜୀବନରେ ଘଟିଛି ।

ସେହି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ନାମ ପରମ ପୂଜ୍ୟ ସନ୍ତ ଶ୍ରୀ ଆସାରାମଜୀ ବାପୁ । ଆଜି ତାଙ୍କରି ସାନିଧ୍ୟରୁ ମୁଁ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଧନ୍ୟ କରିଅଛି । ତାଙ୍କର ଯେଉଁ ଅନୁପମ ଉପକାର ମୋ ଉପରେ ହୋଇଛି, ତା ବଦଳରେ ମୁଁ ନିଜ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଲୌକିକ ବୈଭବ ଅର୍ପଣ କରି ମଧ ପରିଶୋଧ କରି ପାରିବି ନାହିଁ ।

ଏହା ତ ମୋର ଏକୁଟିଆ ଅନୁଭବ । ଜୀବନକୁ ପତନରୁ ଉତ୍‌ଥାନ ଆଡକୁ ନେଇ ଯାଉଥିବାର ଶକ୍ତି ଏଠାକୁ ଆସୁଥିବା ଅନେକ ସାଧକଙ୍କ ଠାରେ ଅନୁଭବ କରୁଛି ଏବଂ ଦେଖୁଛି ମଧ୍ୟ । ସେଥିରୁ ମୋତେ ଜଣାଯାଏ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ କଥା କେବଳ ପୁରାଣମାନଙ୍କର କଥା ନୁହେଁ ବରଂ ଆଜି ମଧ୍ୟ ଏପରି ମହାପୁରୁଷ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଉପସ୍ଥିତ ଅଛନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କର ସାନିଧ୍ୟରୁ ହଜାର ହଜାର ସାଧକ ଲାଭାନ୍ୱିତ ହେଉଛନ୍ତି ।

ମହନ୍ତ ଚନ୍ଦୀରାମ (ଭୂତପୂର୍ବ ଚନ୍ଦୀରାମ କୃପାଲଦାସ)

ସନ୍ତ ଶ୍ରୀ ଆସାରାମଜୀ ଆଶ୍ରମ, ସାବରମତି, ଅହମଦାବାଦ

***

ଯେଉଁ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନଙ୍କୁ 'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା' ବହି ପଢ଼ି ଲାଭ ହୋଇଛି ସେମାନଙ୍କ ଉଦ୍‌ଗାର :—

ମୋର ବାସନା ଉପାସନାରେ ବଦଳିଗଲା

''ଆଶ୍ରମ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ବହି ପଢ଼ି ମୋର ଦୃଷ୍ଟି ଅମିଦୃଷ୍ଟିକୁ ବଦଳିଗଲା । ପ୍ରଥମେ ପର ସ୍ତ୍ରୀକୁ ଏବଂ ସମ ବୟସର ଝିଅଙ୍କୁ ଦେଖି ମୋ ମନରେ ବାସନା ଏବଂ ଖରାପ ଭାବ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିଲା କିନ୍ତୁ ଏହି ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଜଣା ପଡ଼ିଲା ଯେ , ସ୍ତ୍ରୀ ଏକ ବାସନା ପୂର୍ତ୍ତିର ବସ୍ତୁ ନୁହେଁ । ପରନ୍ତୁ ସାରା ଜୀବନ ଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରେମ ତଥା ଶୁଦ୍ଧ ଭାବ ପୂର୍ବକ ସାଥିରେ ରହିଲା ଭଳି ଏକ ଶକ୍ତି ଅଟେ । ସତରେ ଏହି **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ପୁସ୍ତକକୁ ପଢ଼ି ମୋର ଭିତର ବାସନା ଉପାସନାରେ ବଦଳି ଗଲା ।''

- ମକବାଣା ରବିନ୍ଦ୍ର ଭାଇ ରତିଭାଇ

ଏମ୍. କେ. ଜମୋଡ ହାଇସ୍କୁଲ, ଭାବନଗର (ଗୁଜୁରାଟ)

***

'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା' ପୁସ୍ତକ ଆଜିର ଯୁବବର୍ଗ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର

''ସର୍ବ ପ୍ରଥମେ ମୁଁ ପୂଜ୍ୟ ବାପୁଙ୍କ ପ୍ରତି ଏବଂ ଶ୍ରୀ ଯୋଗଦେବାନ୍ତ ସେବା ସମିତି ପ୍ରତି କୃତଜ୍ଞତା ପ୍ରକାଶ କରୁଛି ।

'ଯୌବନ-ସୁରକ୍ଷା' ପୁସ୍ତକ ଆଜିର ଯୁବାବର୍ଗ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର । ଏହି ପୁସ୍ତକ ଯୁବକମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଉପଯୁକ୍ତ ମାର୍ଗ ପ୍ରଦର୍ଶକ ଅଟେ ।

ଆଜିର ଯୁଗରେ ଯୁବକଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ଅତି କଠିନ । କିନ୍ତୁ ଏହି ପୁସ୍ତକକୁ ପଢ଼ିଲା ପରେ ଏପରି ଲାଗେ ଯେପରି ବୀର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷଣ ସରଳ ଅଟେ । **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ପୁସ୍ତକ ଆଜିର ଯୁବ

ସମାଜକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଯୁବକ ରୂପେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବାକୁ ପ୍ରେରଣା ଦିଏ । ଏହି ପୁସ୍ତକରେ ମୁଁ 'ଅନୁଭବ ଅମୃତ' ଶୀର୍ଷକ ପଢ଼ିଲି । ଏହାପରେ ଏପରି ଲାଗିଲା ଯେ ସନ୍ଥଙ୍କର ଦର୍ଶନ ମାତ୍ରେ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣର ପ୍ରେରଣା ମିଳେ । ଏହି କଥା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ । ମୋର ଜାତି ହରିଜନ । ପୂର୍ବରୁ ମାଂସ, ମାଛ, ରସୁଣ, ପିଆଜ ଆଦି ସବୁ ଖାଉଥିଲି କିନ୍ତୁ **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବା ପରେ ମୋର ମାଂସାହାର ପ୍ରତି ଅତି ଘୃଣା ଭାବ ଆସିଯାଇଛି । ଏହାପରେ ମୁଁ ଏହି ପୁସ୍ତକକୁ ଦୁଇ-ତିନିଥର ପଢ଼ିଛି । ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ମାଂସ ଖାଇ ପାରୁନାହିଁ । ମୋତେ ମାଂସ ପ୍ରତି ଘୃଣା ଆସିଯାଇଛି । ଏହି ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବାରୁ ମୋର ମନରେ ବହୁତ ପ୍ରଭାବ ପଡିଛି । ଏହି ପୁସ୍ତକ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନକୁ ସମୃଦ୍ଧଶାଳୀ ଓ ବୀର୍ଯ୍ୟରକ୍ଷଣ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ନିଶ୍ଚିତ ସହାୟକ ଅଟେ ।

ଏହି ପୁସ୍ତକ ଆଜିର ଯୁବକ ସମାଜ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର ଅଟେ । ଆଜିର ଯୁବକ ଯେଉଁମାନେ ୧୬ ରୁ ୧୮ ବର୍ଷ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତିର ଅପବ୍ୟୟ କରି ଦେଉଛନ୍ତି ଓ ଦୀନ-ହୀନ, କ୍ଷୀଣ ସଂକଳ୍ପ ପୂର୍ବକ ଜୀବନ ଧାରଣ କରି ନିଜ ପାଇଁ ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଦୁଃଖଦ ହୋଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଏହି ପୁସ୍ତକ ପ୍ରେରଣା ଦାୟକ ଅଟେ । ବୀର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ଶରୀରର ତେଜ ଏବଂ ଶକ୍ତି, ଯାହାକୁ କି ଆଜିର ଯୁବ ସମାଜ ନଷ୍ଟ କରିଦେଉଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଜୀବନରେ ବିକାଶ କରିବାର ଉତ୍ତମ ମାର୍ଗ ତଥା ଦିଗ ଦର୍ଶକ ଏହି **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ପୁସ୍ତକ । ସମସ୍ତ ଯୁବକ-ଯୁବତୀ ଏହି ପୁସ୍ତକ ପୂଜ୍ୟ ବାପୁଙ୍କର ଆଜ୍ଞାନୁଯାୟୀ ନିଶ୍ଚୟ ପାଞ୍ଚଥର ପଢ଼ିବା ଉଚିତ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବହୁତ ଲାଭ ହୁଏ ।

ରାଠୌଡ଼ ନିଲେଶ ଦିନେଶ ଭାଇ

***

ଏହା 'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା' ପୁସ୍ତକ ନୁହେଁ, ପରନ୍ତୁ ଏକ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରନ୍ଥ

''ଉକ୍ତ **'ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା'** ଗୋଟିଏ ପୁସ୍ତକ ନୁହେଁ ବରଂ ଏକ ଶିକ୍ଷା-ଗ୍ରନ୍ଥ ଅଟେ, ଯେଉଁଥିରୁ ଆମପରି ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କୁ ସଂଯମୀ ଜୀବନ ଯାପନ କରିବାକୁ ପ୍ରେରଣା ମିଳେ । ବାସ୍ତବରେ ଏହି ମୂଲ୍ୟବାନ ଗ୍ରନ୍ଥକୁ ପଢ଼ି ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ପ୍ରେରଣା ତଥା ଉତ୍ସାହ ମିଳୁଛି । ମୁଁ ଏହି ପୁସ୍ତକରେ ଏପରି କେତେକ କଥା ପଢ଼ିଲି ଯାହାକି ବୋଧହୁଏ ଆମପରି ବାଳକଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ କେହିଁ ବତାଇ ବା ବୁଝାଇ ପାରିବ । ଏପରି ଶିକ୍ଷା ମୋତେ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ଅନ୍ୟ ପୁସ୍ତକରୁ ମିଳିନାହିଁ । ଯେଉଁମାନେ ଏହି ପୁସ୍ତକକୁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇ ପାରିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ପ୍ରଣାମ କରୁଛି ତଥା ସେହି ମହାମାନବ ମହାପୁରୁଷଙ୍କୁ ଶତ ଶତ ପ୍ରଣାମ କରୁଛି ଯାହାଙ୍କର ପ୍ରେରଣା ତଥା ଆଶୀର୍ବାଦରେ ଏହି ପୁସ୍ତକ ରଚିତ ହୋଇଛି ।''

ହରପ୍ରୀତ ସିଂ ଅବତାର ସିଂ

କକ୍ଷା-୯, ରାଜକୀୟ ହାଇସ୍କୁଲ, ସେକ୍ଟର-୨୪, ଚଣ୍ଡୀଗଡ଼

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ଜୀବନ

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କେ ବିନା ଜଗତ ମେଁ, ନହିଁ କିସିନେ 'ଯଶ' ପାୟା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ପରଶୁରାମ ନେ, ଇକ୍‌କୀସ ବାର ଧରଣୀ ଜୀତି ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ବାଲ୍ମୀକି ନେ, ରଚ ଦି ରାମାୟଣ ନୀକି ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କେ ବିନା ଜଗତ ମେଁ, କିସି ନେ 'ଜୀବନରସ' ପାୟା ?
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ନେଁ, 'ସାଗର-ପୁଲ' ବନ୍‌ୱାୟା ଥା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ଲକ୍ଷ୍ମଣଜୀନେ, ମେଘନାଦ ମରୱାୟା ଥା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କେ ବିନା ଜଗତ ମେଁ, ସବ୍ ହି କୋ 'ପରୱଶ' ପାୟା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ମହାବୀର ନେ, ସାରୀ ଲଙ୍କା ଜଲାଇ ଥୀ ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ଅଙ୍ଗଦଜୀ ନେ, ଅପନୀ 'ପୈଜ' ଜମାଇ ଥୀ ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କେ ବିନା ଜଗତ ମେଁ, ସବନେ ହୀ 'ଅପଯଶ' ପାୟା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ 'ଆହ୍ଲା-ଉଦଲ୍' ନେ, ବାବନ୍ କିଲେ ଗିରାଏ ଥେ ।
ପୃଥ୍ୱୀରାଜ ଦିଲ୍ଲୀଶ୍ୱର କୋ ଭି, ରଣ ମେଁ ମାର ଭଗାଏ ଥେ ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କେ ବିନା ଜଗତ ମେଁ, କେବଲ ବିଷ ହି 'ବିଷ' ପାୟା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ଭୀଷ୍ମ ପିତାମହ, 'ଶର-ଶଯ୍ୟା' ପର ଶୋଏ ଥେ ।
ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ବର 'ଶିବା ବୀର' ସେ, ଯବନୋଁ କେ ଦଲ ରୋଏ ଥେ ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ କେ ରସ କେ ଭୀତର, ହମନେ ତୋ 'ଷଟ୍‌ରସ୍' ପାୟା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ସେ ରାମମୂର୍ତ୍ତି ନେ, ଛାତି ପର ପଥର ତୋଡା ।
ଲୋହେ କେ ଜଞ୍ଜୀର ତୋଡ ଦୀ, ରୋକା ମୋଟର କା ଯୋଡା ।
ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ହୈ 'ସରସ' ଜଗତ ମେଁ, ବାକୀ କୋ 'କରକଶ' ପାୟା ।

***

ଶାସ୍ତ୍ର ବଚନ

ଜନକ୍ (ଶୁକଦେବଜୀଙ୍କୁ) କହିଲେ : **''ତପସ୍ୟା ଗୁରୁଶୁଶ୍ରୂଷା ଚ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟେଣ ବା ବିଭୋ ।''**

''ବାଲ୍ୟାବସ୍ଥାରେ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ତପସ୍ୟା, ଗୁରୁଙ୍କର ସେବା, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ ଏବଂ ବେଦାଧ୍ୟୟନ କରିବା ଦରକାର ।''

(ମହାଭାରତ ମୋକ୍ଷ ଧର୍ମ ପର୍ବ)

ସଂକଳ୍ପାଜ୍ଜାୟତେ କାମଃ ସେବ୍ୟମାନୋ ବିବର୍ଧତେ ।
ଯଦା ପ୍ରାଜ୍ଞୋ ବିରମତେ ତଦା ସଦ୍ୟଃ ପ୍ରଣଶ୍ୟତି ॥

''କାମ ସଂକଳ୍ପରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ତାହା ପୂରଣ ହୋଇଗଲେ ତାହା ପୁଣି ବଢିଥାଏ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ବୁଦ୍ଧିମାନ ପୁରୁଷ ସେଥିରେ ବିରକ୍ତ ପ୍ରକାଶ କରେ, ସେତେବେଳେ କାମ ତୁରନ୍ତ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।''

(ମହାଭାରତ ଆପଦ୍ ଧର୍ମ ପର୍ବ)

''ରାଜନ (ଯୁଧିଷ୍ଠିର) ! ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ଆଜନ୍ମ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ହୋଇଥାଏ ତା ପାଇଁ ଏହି ସଂସାରରେ ଏପରି କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ନାହିଁ ଯାହା ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ ନଥାଏ । ଚାରି ବେଦକୁ ଜାଣିଥିବା ଗୋଟିଏ ମଣିଷ ଏବଂ ଜଣେ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଟେ ।''

(ଭୀଷ୍ମ ପିତାମହ)

''ମୈଥୁନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପ୍ରବୃତ୍ତି, ପ୍ରଥମେ ତରଙ୍ଗ ପରି ଜଣାପଡେ, ପରନ୍ତୁ ଆଗକୁ କୁ-ସଙ୍ଗ କାରଣରୁ ସମୁଦ୍ରର ରୂପ ଧାରଣ କରିଥାଏ । କାମ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବାର୍ତ୍ତାଳାପ କେବେ ଶୁଣ ନାହିଁ ।''

(ନାରଦଜୀ)

''ଯେବେ ଆପଣଙ୍କ ମନରେ ଅଶୁଦ୍ଧ ବିଚାର ସହିତ କୌଣସି ସ୍ତ୍ରୀର ରୂପ କଳ୍ପନାକୁ ଆସିଯିବ ଆପଣ **''ଓଁ ଦୁର୍ଗା ଦେବ୍ୟୈ ନମଃ''** ମନ୍ତ୍ରର ବାରମ୍ବାର ଉଚ୍ଚାରଣ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ମାନସିକ ପ୍ରଣାମ କରନ୍ତୁ ।''

(ଶିବାନନ୍ଦଜୀ)

''ଯେଉଁ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଭଗବତ୍ ରାଜ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ, ସେହି ସ୍ଥାନ ତା ପାଇଁ ସ୍ୱର୍ଗ ଅଟେ । ସେ ଯେଉଁ ଲୋକରେ ଥାଉ ନା କାହିଁକି ମୁକ୍ତ ଅଟେ ।''

(ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ ଉପନିଷଦ)

''ବୁଦ୍ଧିମାନ ମନୁଷ୍ୟ ବିବାହ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ବିବାହିତ ଜୀବନ ଏକ ପ୍ରକାର ଜଳନ୍ତା ଅଙ୍ଗାରରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଗଭୀର ଗାତ ପରି । ସଂଯୋଗ ବା ସଂସର୍ଗ କାରଣରୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜନିତ ଜ୍ଞାନର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜନିତ ଜ୍ଞାନରୁ ତତ୍ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତିର ଅଭିଳାଷା ଦୃଢୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ । ସଂସର୍ଗରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଜୀବାତ୍ମା ସବୁ ପ୍ରକାରର ପାପମୟ ଜୀବନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।''

(ମହାତ୍ମା ବୁଦ୍ଧ)

ଭୃଗୁବଂଶୀ ଋଷି ଜନକ ବଂଶର ରାଜକୁମାରକୁ କହୁଛନ୍ତି—

ମନୋଽପ୍ରତିକୂଳାନି ପ୍ରେତ୍ୟ ଚେହ ଚ ବାଞ୍ଛସି ।
ଭୂତାନାଂ ପ୍ରତିକୂଳେଭ୍ୟୋ ନିବର୍ତସ୍ୱ ଯତେନ୍ଦ୍ରିୟଃ ।।

''ଯଦି ତୁମେ ଏହି ଲୋକ ଏବଂ ପରଲୋକରେ ନିଜ ମନ ଅନୁକୂଳ ବସ୍ତୁମାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚାହୁଁଛ ତେବେ ନିଜ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାନଙ୍କୁ ସଂଯମରେ ରଖି ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ପ୍ରତିକୂଳ ଆଚରଣ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହ ।''

(ମହାଭାରତ ମୋକ୍ଷ ଧର୍ମ ପର୍ବ : ୩୦୯.୫)

※ ※ ※

ଭସ୍ମାସୁର କ୍ରୋଧରୁ ବଂଚ

କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମୋହ, ଅହଙ୍କାର– ଏସବୁ ବିକାର ଆତ୍ମାନନ୍ଦରୂପୀ ଧନକୁ ହରଣ କରୁଥିବା ଶତୃ ଅଟେ । ଏଥି ମଧ୍ୟରୁ କ୍ରୋଧ ସବୁଠାରୁ ବଡ ହାନିକାରକ । ଘରୁ ଚୋରୀ ହୋଇଗଲେ ମଧ୍ୟ କିଛି ବସ୍ତୁ ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଘରେ ଯଦି ନିଆଁ ଲାଗିଯାଏ ସବୁ ଭସ୍ମୀଭୂତ ହୋଇଯାଏ । ପାଉଁଶ ବ୍ୟତୀତ କିଛି ରହି ନ ଥାଏ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଆମ ଅନ୍ତକରଣରେ ଲୋଭ ରୂପୀ ଚୋର ପ୍ରବେଶ କରିଗଲେ କିଛି ପୂଣ୍ୟ କ୍ଷୀଣ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ କ୍ରୋଧ ରୂପୀ ଅଗ୍ନି ପ୍ରବେଶ କରିଗଲେ ଆମର ସମସ୍ତ ଜପ, ତପ, ପୂଣ୍ୟ ରୂପୀ ଧନ ଭସ୍ମ ହୋଇଯାଏ । ଏଣୁ ସାବଧାନ ହୋଇ କ୍ରୋଧରୂପୀ ଭସ୍ମାସୁର ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହ । କ୍ରୋଧର ଅଭିନୟ କରିବା ଠିକ୍ କିନ୍ତୁ କ୍ରୋଧାଗ୍ନି ତୁମର ଅନ୍ତଃକରଣକୁ ଜଳାଇ ନପାରୁ, ତା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ରଖିଥିବ ।

ଚୋବେଇ ଚୋବେଇ ପଚିଶ ମିନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭୋଜନ କର । ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଆହାର କର । ରସୁଣ, ଲାଲ ଲଙ୍କା ତଥା ଛଣା ହୋଇଥିବା ଜିନିଷ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହ । କ୍ରୋଧ ଯେତେବେଳେ ଆସିବ ହାତ ଆଙ୍ଗୁଳିର ନଖକୁ ମୁଠି ଦ୍ୱାରା ହାତ ପାପୁଲିରେ ଦାବି ରଖ ।

ମାସକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରାଯାଇଥିବା ଜପ-ତପ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ଯୋଗ୍ୟତା ଥରେ କ୍ରୋଧ ଆସିଲେ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଏଣୁ ମୋର ପ୍ରିୟ ଭାଇମାନେ ! ସାବଧାନ ରହ । ଅମୂଲ୍ୟ ମାନବ ଦେହକୁ ଏପରି ବ୍ୟର୍ଥ ହେବାକୁ ଦିଅ ନାହିଁ ।

ଦଶ ଗ୍ରାମ ମହୁ, ଏକ ଗ୍ଲାସ ପାଣି, ତୁଳସୀ ପତ୍ର ଏବଂ ସଚ୍ଛକୃପା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ମିଶାଇ ସର୍ବତ କରି ଯଦି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ସକାଳେ ପିଆଯାଏ ତ ଚିତ୍ତରେ ପ୍ରସନ୍ନତା ବଢିଥାଏ । ଯଦି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ତୁଳସୀ ନ ମିଳେ ତେବେ କେବଳ ମହୁ ଲାଭଦାୟକ ଅଟେ । ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ମହୁ ଉପଯୋଗ କରିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।

***

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟା – ରକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ର

ଓଁ ନମୋ ଭଗବତେ ମହାବଳେ ପରାକ୍ରମାୟ

ମନୋଭିଲାଷିତଂ ମନଃ ସ୍ତମ୍ଭ କୁରୁ କୁରୁ ସ୍ୱାହା ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଦୁଧକୁ ଅନାଇ ଏକୋଇଶ ଥର ଏହି ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସେହି ଦୁଧ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା ହୋଇଥାଏ । ଏହି ନିୟମକୁ ସ୍ୱଭାବରେ ପରିଣତ କରିନେବା ଉଚିତ୍ ।

***

ଗୁରୁ ଆଜ୍ଞାର ଅଦ୍‌ଭୁତ ପ୍ରଭାବ

''ମୁଁ ନିର୍ବାଚନ ଲଢ଼ିବା ପାଇଁ ବିଧାନସଭାର ଟିକଟ ନେଲି । ସେହି ସମୟରେ ଗୁରୁଦେବ ଭାବନଗରରେ ଥିଲେ । ମୁଁ ଦର୍ଶନ ପାଇଁ ଗଲି । ରାତିରେ ସେଇଠି ରହିଲି ।ସକାଳେ ଗୁରୁଦେବ କହିଲେ– 'ଅହମଦାବାଦରେ ଦେଖା କରିବ ।' ଗୁରୁଦେବ ଅହମଦାବାଦରେ କହିଲେ–

'ଶୁଭ ଫଳ ନାହିଁ ।'

କିନ୍ତୁ ମୁଁ ନିର୍ବାଚନ ଲଢ଼ିଲି ଏବଂ ହାରିଗଲି । ପରନ୍ତୁ ଗୁରୁଦେବ କହିଲେ– 'ତୁ ମିନିଷ୍ଟର ହେବୁ ।' ମୁଁ ଭାବିଲି 'ଗୁରୁଦେବବଚନ କେବେହେଲେ ମିଥ୍ୟା ହେବନାହିଁ । ୧୯୯୦ ମସିହାରେ ପୁଣିଥରେ ମୁଁ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲି । ସେତେବେଳେ ବି ଗୁରୁଦେବ ମନା କଲେ । ମୁଁ କହିଲି– ଗୁରୁଦେବ ! ମୋର ଚେୟାରମ୍ୟାନ ହେବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା ଅଛି ।' ବାପୂଜୀ କହିଲେ– 'ଶିର ଉପରେ ହାତ ରଖି କହ କି ମୁଁ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ହୋଇଗଲି ।' ଆଉ ମୁଁ ଚାରିବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗୁଜୁରାଟର ଗୋପାଳକ ବୋର୍ଡର ଚେୟାରମ୍ୟାନ ରହିଲି ।

ମୋର ଆଉ ଗୋଟିଏ ଅନୁଭବ । ମୋ ପୁଅ କୀର୍ତ୍ତିର ଆଉ ଦୁଇଜଣଙ୍କ ସାଙ୍ଗରେ ମୋଟରସାଇକେଲରେ ଯାଉଥିବା ସମୟରେ ଗୋଟିଏ ଦୁର୍ଘଟଣା ହୋଇଥିଲା । ତିନିଜଣଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରଖାନା ନିଆଗଲା । ମୋ ସ୍ତ୍ରୀ ପଚାରିଲେ– 'ବାପୂଜୀ ବର୍ତ୍ତମାନ କେଉଁଠି ଅଛନ୍ତି ।' ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାରୁ ଜଣାଗଲା ଯେ ବାପୂଜୀ ଇନ୍ଦୋରରେ ଅଛନ୍ତି । ଆମେ ଇନ୍ଦୋର ଗଲୁ । ଗୁରୁଦେବ କିଛି ଜଳ ଦେଇ କହିଲେ– 'କୀର୍ତ୍ତିର କିଛି କ୍ଷତି ହେବନାହିଁ ।' ଆମେ ଫେରି ଆସିଲୁ । କିର୍ତ୍ତିକୁ ଜଳ ଦିଆଗଲା । କିର୍ତ୍ତି ସାଙ୍ଗରେ ଯେଉଁ ଦୁଇଜଣ ଥିଲେ, ସେମାନେ ମରିଗଲେ । କିନ୍ତୁ କୀର୍ତ୍ତି ଭଲ ଅଛି । ପ୍ରାରମ୍ଭରେ କୀର୍ତ୍ତି ହିଁ ପୁନମବ୍ରତ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ତା'ପରେ ବହୁତ ପୁନମ ଦର୍ଶନ-ବ୍ରତଧାରୀ ହୋଇଗଲେଣି ।''

(ମହାଦେବ ଭଇ ଦେଶାଇ, ସାବରମତୀ, ଅହମଦାବାଦ)

*

ଗୁରୁଦେବଙ୍କ କୃପା ବର୍ଷା ହେଲା

''ସୁରତରେ ଆଶ୍ରମ ସ୍ଥାପନ ହେବା ଦିନରୁ ମୁଁ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ ଦର୍ଶନ କରେ ଏବଂ ଅମୃତ ବାଣୀ ଶୁଣେ । ମୋତେ ପୂଜ୍ୟଶ୍ରୀଙ୍କ ଠାରୁ ମନ୍ତ୍ରଦୀକ୍ଷା ବି ମିଳିଛି । ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟରୁ ଦିନେ ମୋ ସହିତ ଏକ ଭୟଙ୍କର ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିଲା । ଡାକ୍ତର କହିଲେ– ''ଆପଣଙ୍କର ଗୋଟିଏ ହାତ କାମ କରିବ ନାହିଁ ।'' ମୋର ମନୋବଳ ଦ୍ୱାରା ମୁଁ ମୋ ମାନସିକ ଜପ କରୁଥିଲି । ବର୍ତ୍ତମାନ ହାତ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଠିକ୍ ଅଛି ଏବଂ ଗୋଟିଏ ହାତରେ ୭୦ କିଲୋ ଓଜନ ଉଠାଇବାକୁ ସମର୍ଥ ଅଛି ।

ମୋର ଆଉ ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟା ଥିଲା ଯେ ବାନ୍ଧଘର ପରେ ନିଃସନ୍ତାନ ଥିଲି । ଡାକ୍ତରମାନେ କହିଲେ ଯେ ସନ୍ତାନ ହୋଇପାରିବନାହିଁ । ଆମେ ଗୁରୁକୃପାର ସାହାଯ୍ୟ ନେଲୁ । ଗୁରୁମନ୍ତ୍ରର ସାହାଯ୍ୟ ନେଲୁ । ଧ୍ୟାନ ଯୋଗ ଶିବିରରେ ଯୋଗ ଦେଲୁ ଏବଂ ଗୁରୁଦେବଙ୍କ କୃପା ବର୍ଷା ହେଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋର ତିନୋଟି ସନ୍ତାନ, ଦୁଇଜଣ କନ୍ୟା ଏବଂ ଗୋଟିଏ ପୁଅ । ଗୁରୁଦେବ ନିଜେ ବଡ଼ଝିଅର ନାମ ଗୋପୀ ଓ ପୁଅର ନାମ ହରିକିଶନ ରଖିଛନ୍ତି । ସଦ୍‌ଗୁରୁଦେବଙ୍କର ଜୟ ହେଉ.....''

(ହସମୁଖ କାନ୍ତିଲାଲ ମୋଦି, ୫୭-ଅପନା ଘର ସୋସାଇଟି, ରାନ୍ଦେର୍ ରୋଡ୍, ସୁରତ)

ସନ୍ଥ ଶ୍ରୀ ଆସାରାମଜୀ ଆଶ୍ରମ, ଅହମଦାବାଦରୁ ପ୍ରକାଶିତ ହିନ୍ଦୀ ସତ୍-ସାହିତ୍ୟରୁ ଓଡ଼ିଆରେ ଅନୁବାଦ କରାଯାଇଥିବା ପୁସ୍ତକର ବିବରଣୀ

୧)	ଯୌବନ ସୁରକ୍ଷା	...	୪.୦୦
୨)	ମହାନ ନାରୀ	...	୪.୦୦
୩)	ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଅଭିମୁଖେ	...	୪.୦୦
୪)	ଜୀବନ ରସାୟନ	...	୪.୦୦
୫)	ଇଷ୍ଟସିଦ୍ଧି	...	୪.୦୦
୬)	ଶ୍ରୀ ଗୁରୁଗୀତା	...	୫.୦୦
୭)	ତୁ ଗୋଲାପ ହୋଇ ମହକ	...	୪.୦୦
୮)	ଯୋଗଯାତ୍ରା-୩	...	୨.୦୦
୯)	ଯୋଗଯାତ୍ରା-୪	...	୩.୦୦
୧୦)	ଯୋଗାସନ	...	୩.୦୦
୧୧)	ପୁରୁଷାର୍ଥ ପରମ ଦେବ	...	୨.୫୦
୧୨)	ନିଶା ପ୍ରତି ସାବଧାନ	...	୨.୫୦
୧୩)	ଜୀବନ ଚରିତ	...	୨.୦୦
୧୪)	ମନକୁ ଶିକ୍ଷା	...	୨.୦୦
୧୫)	ସଦା ଦିବାଲୀ	...	୨.୦୦
୧୬)	ପ୍ରସାଦ	...	୨.୦୦
୧୭)	ମଙ୍ଗଳମୟ ଜୀବନ-ମୃତ୍ୟୁ	...	୨.୦୦
୧୮)	ଯୁବାଧନ ସୁରକ୍ଷା	...	୭.୫୦
୧୯)	ଶ୍ରୀ ଆସାରାମାୟଣ (ଯୋଗଲୀଳା)	...	୧.୦୦
୨୦)	ମଧୁର ବ୍ୟବହାର	...	୧.୦୦

ପୂଜ୍ୟପାଦ ସନ୍ଥ ଶ୍ରୀ ଆସାରାମଜୀ ବାପୁଙ୍କର ପ୍ରବଚନ ଗଙ୍ଗାରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସତ୍-ସାହିତ୍ୟ, ଅଡିଓ କ୍ୟାସେଟ, ଭିଡିଓ କ୍ୟାସେଟ ଓ ଆଶ୍ରମ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଗରବତୀ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଔଷଧ ନିମିତ୍ତ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ ।

GYAN GANGA

MAIN ROAD (Near Marwari Dharamsala),

ANGUL - 759122 (Orissa)

Phone : 31108, 30521, 31928

CUTTACK : (i) SANT SRI ASARAMJI SAHITYA PRAPTI KENDRA, Naya Sarak, Infront of Digzam, Ph. : (0671) 603348, 603915.

(ii) NOVELTY GARMENTS, New Kalika Hotel, (1st Floor) Near Badambadi Chhak, Dolamundai, Ph. : 603915

BHUBANESWAR : (i) SHREE SHOPEE, B-44, Fancy Market, Saheed Nagar, Opposite R. D. Women's College, Ph. : (0674) 585790 (R)

(ii) MANORANJAN HOTA, 128-E, Barmunda Housing Board Colony. Ph. : 551190 (R)

(iii) MILAN STUDIO, Plot No. 69, Saheed Nagar, Ph. : 521063, 519538.

BERHAMPUR : CHOUDHURY AUTO ELECTRICALS, Town Hall Road, Ph. : (0680) 204303

JAJPUR : LALIT MOHANTY, Horticulture Office, Ph. : (6728) 22824.

BHADRAK : ARPAN ELECTRONICS, Town Hall Square, Ph. : 06784-40647.

KEONJHAR : PRABIN BHINDE, New Market, Ph. : 06716-53047.

SAMBALPUR : GYAN GANGA, Infront of Budharaja, Ph. : 0663-403109, 462467.

JHARSUGUDA : MONALISA GARMENT Chandan Market, Ph. : 06645-72745.

BRAJARAJ NAGAR : JUGAL KISHORE KEJRIWAL, Ph. : 06645-40133.

SUNDARGARH : NITYANANDA MISHRA, College Road, Ph. : 06622 / 73112 (R)

ROURKELA : (i) SWAGATAM GENERAL STORE, Fertilizer Township. Ph. : 0661-560745.

(ii) SAROJ KANT SARANGI, NNN-1, Civil Township, Rourkela-4. Ph. : 600355.

BALANGIR : SHREE JEE STORE, Near Narasingha Temple. Ph. : 06652-33575